

MATERIAL NECESARIO PARA TU VIAJE DE ESQUI FUERA DE PISTA:

MATERIAL DURO

- Esquís, recomendamos los esquís con un ancho de patín mínimo de 90 mm para aprovechar al máximo los descensos en nieve polvo.
- Bastones
- Botas de Esqui (si es bota de Freeride es mejor por la suela ya que si hay que quitar esquís para llegar a algún sitio es mejor estas botas se pueden desbloquear con lo que sera más seguro y fácil andar con ellas)
- Material seguridad avalancha (pala, sonda, Arva) y recomendamos mochila ABS. En caso de no tener podemos gestionar el alquiler por vosotros.
- Mochila capacidad 20 L y con portas esquís.

PRENDAS

**Esta lista incluye una serie de consejos sobre las prendas necesarias aunque no falta tener el último modelo de la tienda!!!
Pero si que os aconsejamos prendas ligeras, cálidas y cómodas.**

Para la Cabeza

- Gorro cliente, cinta y buff para el cuello.
- Gafas de ventisca y gafas de sol con protección UV4.
- Casco de esquí (obligatorio)

Para el Cuerpo

Para el cuerpo

Ropa interior técnica: camisetas y mallas largas para debajo de los pantalones. Preferiblemente de Lana Merino ya que es muy transitable y anti bacteriana, por lo que retiene menos olores que las prendas sintéticas.

Forro Polar o prenda sintética que deslice bien bajo el Gore-Tex.

Plumas o Primaloft para mantener el calor una vez que se hace la cumbre o días fríos.

Prenda exterior impermeable tipo Gore-Tex transpiraba, corta viento e impermeable.

Pantalón tipo funda de Gore-Tex para los días de nieve húmeda, días fríos o con viento, consideramos que es lo mejor.

Guantes ligeros y guantes calientes estos últimos impermeables tipo Gore-Tex. Aconsejable guantes de seda para interior de guantes.

Para los Pies

Calcetines de esquí. Mejor de lana merino ya que tiene la ventaja de ser muy transpirable y anti bacteriana, por lo que retiene menos olores que los materiales sintéticos. Piense en ello si tiene que volver a equiparse.

Equipaje y varios

- Cantimplora o Camelback 1L, Termo, navaja de bolsillo, cinta americana, crema solar índice 50.

Kit básico de emergencia

Sus medicamentos habituales, conjunto de apósitos adhesivos, elastoplast, compresas desinfectantes, medicamento para el dolor (tipo aspirina o ibuprofeno), antibiótico de amplio espectro recomendable.