66°Nord

Checklist Finlande

Système des 3 couches

Pour compléter le pack grand froid fourni

- ◯ Sous-vêtements thermiques en laine mérinos (haut + bas) – éviter le coton
- ◯ Seconde couche isolante : polaire et doudoune légère
- ◯ Troisième couche protectrice : veste imperméable, coupe-vent et respirante (type Gore-tex)

Protection des extrémités

- ◯ Bonnet ou cagoule
- ◯ Tour de cou / Buff
- ◯ Gants techniques + sous-gants
- ◯ Chaussettes en laine
- ◯ Paire de chaussures d'hiver / après-ski
- ◯ Lunettes de soleil (indice 3 ou 4) et masque de ski

Toilette & Santé

- ◯ Trousse de toilettes
- ◯ Crème solaire SPF 50+ (sans eau, adaptée au froid)
- ◯ Baume à lèvres
- ◯ Pansements anti-ampoules
- ◯ Trousse de premiers secours

Divers

- ◯ Thermos (>1L)
- ◯ Lampe frontale + batteries de rechange
- ◯ Maillot de bain
- ◯ Serviette pour le sauna
- ◯ Masque de sommeil et boule quies
- ◯ Drap de sac + taie d'oreiller

Les petits plus utiles

- ◯ Un livre
- ◯ Chargeur de téléphone
- ◯ Batterie externe
- ◯ Appareil photo
- ◯ Carnet + stylo pour vos note de voyage

N'oubliez pas de télécharger et consulter la fiche technique de votre séjour pour avoir la liste précise des équipements à prévoir.

Bon voyage !