



Légendes berbères
Oasis Nasrate
47552 Tagounite, Maroc
Mail : roadtripdesert@gmail.com
Tel : + 212608732207
Identifiant de l'entreprise : 39400089

LISTE DES AFFAIRES PRINCIPALES POUR FAIRE UN TREK SAHARIEN

Vous pouvez consulter tous nos conseils pour bien préparer votre trek sur le lien suivant :

<https://www.roadtripdesert.com/bien-preparer-son-trek>

- Une bonne paire de chaussures style chaussures de marche ou baskets confortables
- Une paire de tongs ou nues-pieds pour aérer les pieds après la marche
- De quoi se couvrir la tête (chapeau, casquette, foulard)
- Des vêtements fluides qui ne collent pas au corps, privilégiez le pantalon en toile et des tuniques manches longues en lin de préférence pour limiter la transpiration et se protéger au maximum du soleil
- Une paire de lunettes de soleil
- Crème solaire avec un fort indice et stick à lèvres (climat très sec et assèche beaucoup)
- Un coupe-vent (en cas de journée avec vent fort) et une petite polaire pour le soir
- Une doudoune (pour les marches en hiver)
- Pas de douche sur le bivouac, un simple rinçage sera d'usage, privilégiez une savonnette
- Une petite trousse de secours avec les indispensables (paracétamol, anti-diarrhéique, pansements en cas de blessures, désinfectant de base style Biseptine, quelques compresses stériles, collyre de nettoyage oculaire). Privilégiez les comprimés à avaler.
- Nous avons des sacs de couchage à disposition mais apportez le vôtre si vous préférez ! Et à la belle saison (avril/mai), un drap fin style sac à viande suffira pour vous vous protéger des insectes.

CONSEILS PRATIQUES :

- Votre sac de randonnée pourra être porté par les dromadaires, mais il serait judicieux de prévoir un autre petit sac pour les effets personnels que vous voulez toujours avoir à portée de mains
- Nous vous remettons une bouteille d'eau que vous garderez toujours avec vous au moment de marcher mais si vous préférez votre gourde isotherme, apportez-là !
- Par précaution, enveloppez vos affaires sensibles (appareil photo, téléphone...) dans des sacs en plastique style sacs de congélation zippés et prévoyez un moyen de recharger leurs batteries si besoin
- Pour ceux qui ont une correction de vue, privilégiez une paire de lunettes aux lentilles de contact qui peuvent se rayer avec le sable
- Vous pouvez aussi prévoir une petite lampe torche (si panne de téléphone) mais nous aurons des bougies