

LISTE DES EFFETS PERSONNELS SEJOUR KAYAK DE MER ET RANDONNEE PEDESTRE EN CORSE

Voici des infos et une liste d'affaires personnelles de base afin de vous aider à faire votre sac de voyage en vue du séjour kayak de mer et randonnée pédestre en Corse en période estivale. Pour les séjours en début ou fin de saison (Avril à mi Juin – Mi Septembre à fin Octobre), vous pouvez adapter l'épaisseur de vos effets afin de rester confortable avec des températures un peu moins estivales. Le nombre et la nature de vos effets seront sensiblement les mêmes avec peut être seulement quelques articles plus épais.

Cette liste est intéressante même dans le cas d'un séjour tout kayak notamment dans le cas où une météo capricieuse nous oblige alors à changer quelques peu nos plans. Par exemple dans le cas d'une mer trop forte nous pourrions décider d'aller marcher en montagne...

Au sujet des sacs étanches, c'est vraiment très bien d'en avoir un minimum perso même si bien sûr je pourrais compléter ce qu'il vous manque. L'idéal si vous décidez d'investir est d'avoir 2 à 4 sacs de **15 à 20 L maximum** + 1 ou 2 petits de **5 à 10 L** pour appareil photo, papiers, argent (votre petit sac à main quoi...). Plusieurs petits sacs permettent de ranger beaucoup plus facilement à l'intérieur du kayak (trappes d'accès étroites) et d'utiliser tout le volume du kayak même au bout (très étroit). Cela permet également de faire des sacs à thèmes qui facilitent grandement l'organisation et le temps passé au chargement / déchargement du kayak.

TENUE DE NAVIGATION ET DE JOURNEE KAYAK

1 à 2 tee shirts (techniques) manche longue au printemps style lycra, helly hansen, décatillon anti UV (plutôt l'été).

1 ou 2 shorts et ou maillots

1 serviette de bain

1 K way ou coupe vent fin indispensable au printemps.

Sandale, basket fine, chausson néoprène etc... (attention cale pied exigus)

Casquette ou bob, lunettes de soleil (+ cordon pour éviter de les perdre) + protection solaire

TENUE DE RANDONNEE ET SOIREE

1 paire de basket (chaussette) dans laquelle vous vous sentez bien pas trop lourde ou volumineuse pour être transporté dans le kayak (voir même des running ou trail pour ceux qui ont l'habitude) car on ne fera pas non plus de haute montagne.

2 pantalons longs dont au moins un de randonnée, l'autre pouvant être dédié au loisir ou pour le soir au bivouac, le voyage

2 polaires (fine et épaisse pour la randonnée ou le bivouac)

1 veste coupe vent et pluie (en plus du coupe vent de navigation) pour la randonnée ou le soir au bivouac (volume modéré).

1 Bonnet (excellent outils de régulation thermique) au volume et poids imbattable pour les activités outdoor.

1 Sac à dos 30 à 45 L dans le cas où la météo nous contraindrait à modifier notre programme pour des randonnées voir des bivouacs en montagne. Pour info mon sac 35 à 45 L est parfait comme bagage à main dans l'avion par sa taille limite mais parfaitement compatible avec le gabarit autorisé.

MATERIEL DE CAMPING

1 duvet (volume modéré ou faible idéal) ex décathlon S15 (plein été) ou S10 ou plus (début de saison ou frilosité importante). Pensez à réduire le volume de votre bagage. En cas de duvet thermiquement un peu juste je vous conseil un équivalent drap de soie pour sac de couchage mais qui augmente la capacité thermique. Perso j'utilise le plus léger mais cela existe en encore plus chaud dans la gamme de la marque « Sea to summit » themolite reactor ou compact plus (plus chaud et plus volumineux of corse).

Tapis de sol . Tapis de sol autogonflant de préférence et de volume modéré .
Décathlon en propose un à l'excellent rapport confort / Poids / volume (très important en kayak, randonnée pédestre mais et aussi dans votre sac de voyage) / Prix. Moins de 30 €
Matelas autogonflant de randonnée : Forclaz A200UL L vert Quechua
Bien sûr il y a plus performant surtout en terme de volume mais ce sera plus chère.

DIVERS

1 lampe frontale.

1 couteau personnel (qui coupe + que le beurre sinon rien).

1 boîte alimentaire qui ferme bien entre 0,8 et 1 L de contenance qui ne s'ouvre pas au fond du sac à dos avec le pic nic dedans (on peut prévoir un élastique...le tout est que cela ferme correctement).

1 grande cuillère

1 Quart ou godet de votre choix

Médicaments personnels dont soin ampoules, biafine et Produits anti-moustique

Brosse à dent + dentifrice et shampoing douche à l'eau de mer (chez le shiphandler ou décathlon).

DIVERS ET OPTIONNEL

Certains utilise des **gants de vélos ou de voile** (dériveur) pour se protéger les mains des frottements et c'est très efficace si vous êtes sensible aux ampoules..

Bouquin, appareil photo (attention risque de contact avec l'eau)..donc avec un petit sac étanche dédié c'est mieux.

En règle générale essayez de ne pas prendre trop de bagages (on en prend toujours trop ou beaucoup plus que nécessaire). Vos déplacements et votre liberté seront améliorés ainsi que le stockage des sacs sur place pendant le séjour.