



## JE SUIS NOUVEAU À LEIZE MENDI U'EST-CE QU'IL ME FAUT POUR LA SPÉLÉOLOGIE ?

Le matériel complet pour équiper un spéléologue autonome est assez cher : 900 à 1200 €

Voyez dans ce tableau une liste exhaustive du matériel pour un spéléo autonome dans un ordre logique, mais la colonne 1 vous indique les priorités en attendant de vous acheter le matériel prêté par le club.

| Priorité | Désignation  | Prêté* | idée de prix |
|----------|--|--------|--------------|
| 3        | Sous combinaison technique   | Non    | 80 à 100 €   |
| 1        | Combinaison de toile (non imper, imperméable ou respirante)                        | Non    | 90 à 120 €   |
| 2        | Casque spéléo (certains modèles conviennent aussi pour le canyon)                  | Oui*   | 40 à 80 €    |
| 1        | Éclairage principal à LED pour 8 à 20 heures                                       | Non    | 80 à 300 €   |
| 2        | Éclairage de secours   | Non    | 40 à 80 €    |
| 2        | Baudrier spéléo (différent des baudriers canyon, escalade, montagne)               | Oui*   | 50 à 90 €    |
| 2        | Torse de poitrine  | Oui*   | 30 à 60 €    |
| 3        | Bloqueur de poitrine   | Oui*   | 40 à 60 €    |
| 3        | Bloqueur de poing  | Oui*   | 40 à 60 €    |
| 3        | Bloqueur de pied   | Non    | 40 à 60 €    |
| 3        | Descendeur spéléo  | Oui*   | 30 à 50 €    |
| 2        | MAVC (maillon à vis de ceinture)   | Oui*   | 20 à 40 €    |
| 2        | 2 longes (2 m 50 de corde dynamique 9 mm)  | Oui*   | 5 €          |
| 2        | 2 connecteurs (mousquetons) de longe   | Oui*   | 20 à 30 €    |
| 3        | 1 connecteur pour descendeur avec freinage   | Oui*   | 30 à 40 €    |
| 1        | 1 paire de gants solides   | Non    | 5 à 20 €     |
| 1        | Bonnet technique fin   | Non    | 20 à 40 €    |
| 1        | Sous gants fins  | Non    | 10 à 20 €    |
| 4        | Sac de transport spéléo (kit-bag) solide (40 à 50 litres) avec mousqueton de longe | Oui*   | 50 à 100 €   |
| 4        | Bidon étanche 6 litres   | Oui*   | 20 à 30 €    |
| 1        | Couverture de survie (à minima) ou poncho de survie (parfait)                      | Non    | 2 à 60 €     |
| 2        | Couteau à lame repliable   | Non    | 20 à 30 €    |
| 3        | Bougie avec briquet  | Non    | 10 à 30 €    |
|          | selon disponibilité  | *      |              |

## QU'EST-CE QU'IL ME FAUT POUR LE CANYON ?

Le matériel complet pour équiper un canyoniste autonome est assez cher : 600 à 800 €

Voyez dans ce tableau une liste exhaustive du matériel pour un canyoniste autonome dans un ordre logique, mais la colonne 1 vous indique les priorités en attendant de vous acheter le matériel prêté par le club.

| Priorité | Désignation   | Prêté* | idée de prix |
|----------|---|--------|--------------|
| 3        | Maillot de torse néoprène 1 mm  | Non    | 20 à 30 €    |
| 1        | Combinaison néoprène 5 mm (intégrale ou 2 parties)                                    | Non    | 120 à 200 €  |
| 2        | Casque canyon (certains modèles conviennent aussi pour la spéléo)                     | Oui*   | 40 à 80 €    |
| 2        | Éclairage de secours  | Non    | 40 à 80 €    |
| 2        | Baudrier canyon (différent des baudriers spéléo, escalade, montagne)                  | Oui*   | 50 à 90 €    |
| 3        | Bloqueur de poing   | Oui*   | 40 à 60 €    |
| 3        | Descendeur canyon   | Oui*   | 30 à 50 €    |
| 2        | 2 longes (2 m 50 de corde dynamique 9 mm)   | Oui*   | 5 €          |
| 2        | 2 connecteurs (mousquetons) de longe  | Oui*   | 20 à 30 €    |
| 3        | 1 connecteur pour descendeur avec freinage  | Oui*   | 30 à 40 €    |
| 1        | 1 paire de gants solides  | Non    | 5 à 20 €     |
| 1        | Bonnet technique fin  | Non    | 20 à 40 €    |
| 1        | Sous gants fins   | Non    | 10 à 20 €    |
| 4        | Sac de transport canyon (kit ajouré) solide (40 à 50 litres) avec mousqueton de longe | Oui*   | 50 à 100 €   |
| 4        | Bidon étanche 6 litres  | Oui*   | 20 à 30 €    |
| 1        | Couverture de survie (à minima) ou poncho de survie (parfait)                         | Non    | 2 à 60 €     |
| 1        | Sifflet puissant  | Non    | 5 à 20 €     |
| 2        | Couteau à lame repliable  | Non    | 20 à 30 €    |
| 3        | Bougie avec briquet   | Non    | 10 à 30 €    |
|          | selon disponibilité   | *      |              |

# QU'EST-CE QU'IL ME FAUT COMME PHARMACIE PERSO / COLLECTIVE

Dans ce tableau une liste non exhaustive de l'équipement pour un spéléo ou canyoniste autonome. Ce matériel, contenu dans un petit bidon, doit être partagé pour le groupe. Pas de sortie sans cette pharmacie.

## INFOS - Attention aux allergies et attention, vous n'êtes peut-être pas médecin !

### ➤ Immobilisation d'un membre (bras, jambe, épaule, tête) :

Attelle malléable type SPLINT + bande extensible pour strapping

### ➤ Traitement des plaies et blessures :

- Compresse de nettoyage unidose
- Compresses de gaz
- Pansement de différentes tailles
- Pommade pour petites plaies
- Sérum physiologique, Betadine
- Bande extensible
- Sparadrap tissé sécable
- Gel antidouleur (pour les contusions, les traumatismes)
- Pansements (petit et grand format)

### ➤ Médicaments :

- DOLIPRANE 500 ou 1000 (douleur légère à modérée)
- CODOLIPRANE (douleur modérée à forte)
- IBUPROFÈNE (inflammation, fièvre, douleurs, maux de tête, douleurs dentaires...)
- IMODIUM, MOTILUIM ou générique (diarrhée, vomissement)
- SPASFON (mal au ventre)
- AERIUS, ZYRTEC ou générique (anti histaminique)
- Désinfection de l'eau : Tablettes Hydroklonazone® ou Micropur® ou Aquatabs® ou filtre type Katadyn®

### ➤ Utile :

- Manuel secours ou fiche d'aide secours
- Carnet + crayon
- Sucre
- Téléphone portable, sachet zippé en guise de poubelle, ficelle/cordelette, pinces à linge pour point chaud
- Ciseaux, gants stériles, pince à épiler, ruban adhésif armé, balisage,
- triangle de tissu (soutien de bras)
- Bougie (ou/et réchaud) + briquet ...