

# Le sac à dos d'Annick

## Hors du sac

- 2 Bâtons
- Dans une banane – lunettes de soleil
- Crédencial – carte d'identité – carte
- Visa – argent – stylo – carnet – stick
- à lèvres et mouchoirs – mini lampe à led
- Couteau
- Topoguide

## Dans le sac

2 Tshirts en microfibre	170 gr
2 paires de chaussettes fines )	
2 paires de chaussettes coolmax )	280 gr
2 slips )	
1 soutien-gorge )	
1 polaire	345 gr
1 polaire légère	220 gr
1 pantalon de rechange	150 gr
1 coupe-vent	320 gr
1 drap en soie	180 gr
1 taie d'oreiller	80 gr
1 paire de sandales	215 gr
1 serviette et gant toilette en micro fibres	200 gr
1 sac de couchage en duvet	600 gr
1 bonnet – gants – casquette pour le soleil – guêtres et foulard	170 gr
1 cape de pluie	270 gr
Pinces à linge et corde	80 gr
Trousse de toilette	300 gr
Mouchoirs et papier toilette	100 gr
Appareil photo	200 gr
Couverture de survie	50 gr
Tasse – petite cuillère	55 gr
Boite Tupperware et café soluble	110 gr
Pharmacie	150 gr
Crème Nok – massage des pieds	120 gr
Sac à dos vide	1700 gr

Total 6055 gr



**soit 6Kg + eau**

On peut gagner 600 gr si on est moins frileuse (polaire fine – 2 paires de chaussettes – bonnet – gants- taie d'oreiller – guêtres)