

## A ton intention jeune Padawan

Avec tes parents, depuis Solalex et jusqu'à la cabane Barraud, ce qui représente une marche de 3h00 environ, sur 4 km et un dénivelé positif de 500 mètres, nous allons nous répartir et porter tout le matériel pour les soupers et pratiquer des activités super-sympas. Ce qui veut dire que tu devras aussi porter tes affaires.

Pour cette raison, il est important que tu aies sur tes épaules un sac de montagne dans lequel tu mettras ton sac à viande, tes affaires pour la nuit, ta gourde, une veste de pluie, un pull chaud ainsi que toutes les affaires que tu vas utiliser pendant le week-end.

Pour monter à la cabane, tu devras avoir de bonnes chaussures de montagnes, c'est pratique quand on traverse des ruisseaux. Les pantoufles de gym, c'est pas top et tu risques de te tordre les chevilles, en plus si c'est humide, tu auras les pieds mouillés tout le week-end.

Pense que tous les emballages plastiques que tu monteras à la cabane, tu devras les redescendre, aussi je te propose de ne prendre que des aliments emballés dans du papier, c'est très pratique pour faire du feu. Evite ce qui prend beaucoup de place et qui ne t'apporte pas les éléments nutritifs nécessaires à une activité physique comme celles que nous pratiquerons.

