

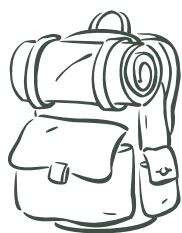


Orient'Nature - Défis orientation

Côte d'Or – Arrière-côte dijonnaise – Marsannay-la-Côte / Couchey / Fixin

Liste équipement

Matériel



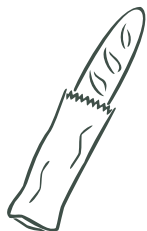
- ☐ 1 petit sac à dos de 20L maximum
- ☐ 1 téléphone portable chargé
- ☐ 1 sifflet en cas d'urgence
- ☐ 1 montre pour les parcours chronométrés
- ☐ Matériel d'orientation fourni par GR signature
- ☐ Vos médicaments personnels si besoin

Vêtements



- ☐ 1 paire de chaussures fermées ou baskets crantée
- ☐ 1 casquette / bonnet selon la saison / paire de gants en hiver
- ☐ 1 paire de lunettes de soleil
- ☐ 1 sous-couche chaude si besoin
- ☐ 1 veste coupe-vent / imperméable
- ☐ 1 pantalon ou collant long

Nourriture



- ☐ 1 gourde d'1L d'eau minimum
- ☐ Des petits en-cas pour la journée (barres, fruits secs, ...)

GR signature



06 79 58 85 11



contact@grsignature.fr



21160 Marsannay-la-Côte, France

© 2026 by GR signature.