

GAUCHE

PAS DE CONSERVES

DROITE

				SAC DE 40 LITRES DE QUECHUA = 1,3 kg											
				AU DESSUS DU SAC											
				6 épingles à nourrice (5)		Coquille saint Jacques (100)				6 épingles à nourrice (5)					
				POCHE SUPERIEURE EXTERIEURE											
				Couverts alu (50) Cartes Visites (25) Connecteur Photo / PC (60) Monnaie (100)		Cartes crédit-Tél-FFR-AFPSJC (15) CI-PC-SS-CV-Sang (25) Porte monnaie (60) Itinéraire complet (60) Cahier de notes (90) Appareil photo numérique piles (130) Stylo (20)				Couteau suisse (90) Lunettes de rechange (25) 4 Batteries AA photos (88) Boussole (70)					
				240		500				278					
				POCHE CENTRALE DU SAC											
				Chaussettes doubles (2x70)		Crédentiale (30) et cartes (300)				Chaussettes doubles talons (2x90)					
				Tee-shirts anti transpiration (2x200)		Lampe frontale (80)				Caleçons sans coutures (2x100)					
						Parka par beau temps									
						Médicaments									
				Bouchons oreilles (Ronfleurs) (15) Savonnette de Marseille (200)		Arnica homéopathique (douleurs) (8) 1/2 tube homeoplasmine / Bobos (50) Bande de contention Cohéban (80) Crème NOK pour les pieds (100) Pansements et Médicaments (300) Coupe ongles (50)				Papier Toilette (100) Sac à viande en soie (300)					
				Sandales de marche pour aérer les pieds le soir et pour la douche dans les gîtes (610)											
				755		1608				780					
				65		4161				1050					
				370		6996				50					