

Les raids

Pendant un camp 2ème branche, il est habituel de faire une marche de 3-4 jours, appelée « raid ». Sur le concept du trekking, les éclaireurs marchent plusieurs heures par jour, en portant toutes leurs affaires, nourriture et matériel de bivouac compris. Les raids sont la partie la plus physique d'un camp. C'est un effort assez intense mais pas pour autant inhumain, du moment que l'on ait du matériel un tant soit peu adapté! Les deux points clé de l'équipement pour un raid sont les chaussures de marche et le sac à dos.

Le matériel de marche

Le matériel de marche d'un éclaireur(euse) devrait d'être en parfait état et de bonne qualité. La qualité et l'état du matériel sont des points primordiaux pour le confort du marcheur. Un sac bien adapté et rempli intelligemment ainsi que des chaussures adaptées et en bon état permettent d'économiser son énergie, de garder un rythme adéquat et d'avoir tout simplement plus de plaisir en marchant.

Le budget

Les jeunes entre 11 et 15 ans n'ayant pas fini de grandir, il est clair qu'investir dans du matériel neuf chaque année ne paraît pas très sage. Cependant il faut éviter de refiler à l'éclaireur les vieilles chaussures trop grandes et le sac de l'armée de papa. Il y a plusieurs moyens d'économiser. Tout d'abord en commandant chez Hajk plutôt qu'en achetant dans une grande surface, car leur matériel est moins cher et adapté à l'utilisation scout. Pour le sac en tout cas, et dans une certaine mesure pour les chaussures, il est aussi possible de s'arranger avec les chefs ou les plus vieux éclaireurs n'ayant plus besoin de leur matériel en bon état mais devenu trop petit, qui le vendent ou le prêtent volontiers.

=> www.hajk.ch (vente matériel scout)

=> www.tdgl.ch (rubrique « bazar »)



© TDGL, 2009, G.A.E.K.

Tribu Du Grand Lac

Mouvement scout de Suisse
Groupe scout *Tribu du Grand Lac* - Morges



LE SAC ET LES CHAUSSURES POUR UN CAMP D'ETE 2ème BRANCHE



Le sac à dos



Pour un minimum de confort, le sac utilisé pour les raids doit satisfaire certains points :

- 1) Aucune armature extérieure (barres métalliques).
- 2) Des bretelles larges et confortables qui seront agréables à porter
- 3) Une ceinture ventrale épaisse et qui doit pouvoir serrer le bassin pour un meilleur confort.
- 4) Une contenance comprise entre 45 et 60 litres.
- 5) Une taille dorsale correspondante à la taille du marcheur.
- 6) De grandes poches faciles d'accès, des sangles permettant l'attache.

Le remplissage du sac

Plusieurs règles sont à respecter :

- Le poids doit être concentré vers le bas, afin d'assurer un meilleur équilibre.
- Il ne doit pas y avoir de vide palpable à certains endroits du sac.
- Ce qui est sorti souvent (crème solaire, gourde,...) doit être accessible.
- Limiter au maximum les objets attachés en dehors du sac. Dans l'idéal on ne doit voir que le matelas de sol.
- Avoir une housse à mettre en cas de pluie.

Pour 3 à 4 jours de marche, le poids du sac ne doit si possible pas dépasser le 5ème du poids du marcheur, à savoir entre 10 et 15kg pour la plupart d'entre nous.

Les chaussures

Les chaussures sont les objets les plus personnels que l'on puisse porter sur nous. Elles sont ajustées pour la forme exacte de notre pied. Elles doivent si possible avoir toujours appartenu au même utilisateur, sans quoi elles ne seront pas adéquates et le marcheur risquera probablement d'attraper des cloques ou d'avoir mal aux pieds.



- (1) La chaussure doit monter jusqu'aux chevilles, pour bien tenir au pied et éviter les risques d'entorses.
- (2) **Le tissu** doit évacuer la transpiration (confort et odeurs), résister à l'eau et aux griffures.
- (3) **La semelle** doit être plus ou moins dure en fonction de la difficulté du chemin. Aux scouts nous abordons des chemins très variés. Un bon modèle est nécessaire, sans tout de fois le tout haut de gamme.
- (4) **La chaussette** permet d'évacuer la transpiration, ainsi que d'éviter les frottements entre la chaussure et le pied, et le tassement du talon. Il est préférable d'avoir des chaussettes spéciales afin d'éviter au mieux les frottements et l'humidité, et de limiter le développement de cloques et de mycoses.