

PEUT-ON FAIRE LE DÉFI CHEZ SOI ?

Pour les sympathisants éloignés, il y a aussi la possibilité de faire le «Défi chez soi». Chaque participant / équipe choisit une montagne de sa localité à remonter et indique, en plus de ses objectifs de nombre de remontées à pied en 3h et de sommes à amasser, le dénivelé de la montagne à remonter. Cette solution permet d'augmenter l'accessibilité au Défi tout en évitant des coûts et du temps de transport, l'émission de gaz à effets de serre et les risques inhérents aux transports en hiver. À la fin du défi, nous communiquons avec les participants à distance pour connaître leurs performances et ainsi les rendre éligibles aux prix de participation. Cependant, comme le comité organisateur ne peut pas offrir de support technique à la tenue du Défi chez soi, la Station Plein-Air ne peut pas être tenue responsable d'évènements indésirables qui pourraient y survenir.

QUE FAUT-IL APPORTER?

- équipements de ski, planche ou raquettes
- tenue vestimentaire appropriée
 - plusieurs petites couches (communément appelée en pelures d'oignons) valent mieux qu'une seule grosse couche pour mieux s'adapter aux différents types de météo et d'activité physique
- vêtements de rechange
- tasse incassable
- gourde
- sac-à-dos d'excursion pour le transport des équipements de glisse
- appareil photo
- motivation et enthousiasme !