

Salut à toi, futur cavalier,



Tu trouveras dans ce guide les principaux accessoires utiles lors d'une randonnée à cheval au Kirghizistan. J'en utilise certains, pour les autres, il s'agit d'article que mon expérience me permet de te conseiller, certains sont même indispensables et je les utiliserais lors de ma prochaine randonnée.

N'hésite pas si tu as des questions.



Georges-Michel

Accessoires Santé

Lors de tes randonnées dans la montagne Kirghize, tu seras amené à boire de l'eau des ruisseaux. Cette eau, est souvent souillée par des déjections animales. Il faut donc la purifier.



Les pastilles micropur:

Ce sont des pastilles que tu mets dans ta gourde pour purifier ton eau. Je les ai utilisé au Kirghizistan et dans d'autres voyages, en Afrique notamment.

Ces pastilles m'ont évité la turista et m'ont permis de boire l'eau courante de tous les pays que j'ai visités.

[Voir sur amazon](#)



La gourde Lifestraw:

Cette gourde avec filtre intégré te permet de filtrer jusqu'à 1000 litres d'eau. Ensuite il te suffit de changer le filtre.

Je ne l'ai jamais testé, économiquement c'est plus intéressant que les pastilles micropur, mais j'ai tendance à perdre facilement mes affaires. C'est l'unique raison pour laquelle je n'ai pas encore investi dans cette gourde qui me paraît très adapté aux randonnées de montagne.

[Voir sur amazon](#)

Accessoires équitation :



La bombe d'équitation:

Elle te permet de te protéger la tête en cas de chute. Je n'en ai jamais emmené avec moi en voyage, mais depuis ma chute à moto au Togo, j'accorde plus d'importance à ma sécurité en voyage. Emmené une bombe aux normes européenne avec toi, peut faire la différence en cas de mauvaise chute. Pense y.

[Voir sur amazon](#)



Les chaps:

Je ne vais pas te conseiller une paire de chaussures, c'est à toi de voir si tu préfères des baskets ou des chaussures de randonnées. Par contre à cheval, il te faut des chaussures montantes. Ton cou de pied et tes chevilles seront ainsi protégés des étriers.

C'est aussi pour cette raison qu'il te faut des chaps. A chaque fois que je suis monté en jean basket, mes jambes l'ont regretté. Les chaps sont peu encombrantes et offriront une très bonne protection aux parties basses de tes jambes, quels que soient tes chaussures.

[Voir sur amazon](#)



Le pantalon d'équitation:

C'est le pantalon le plus adapté aux randonnées équestres surtout si tu es débutant. Il t'évite toutes les douleurs de frottements et te permet de passer des soirées beaucoup plus agréables.

J'ai fait plusieurs randonnées en jean et même si je ne suis pas un cavalier débutant, ce n'est pas une expérience que je renouvellerais.

Il s'agit du modèle femme.

[Voir sur amazon](#)

Si un modèle homme est plus adapté à ta morphologie, voici le lien.



[Voir sur amazon](#)



Si tu préfères un modèle moins moulant et plus passe partout pour faire moins touriste auprès de tes futurs amis nomades, voici un jean d'équitation avec des rembourrages et des coutures adaptés. Ce modèle est sympa, mais il est plus lourd et sèche moins bien en cas de pluie. A toi de voir.

[Voir sur amazon](#)

Accessoires camping:



La douche de camping solaire:

Ce réservoir se remplit d'eau et se laisse 3 heures au soleil pour avoir une eau à 40°. Tu n'es pas obligé d'attendre 3 heures, mais le laisser un peu au soleil te changera de l'eau glaciale des ruisseaux. Je l'ai testé une fois (sans attendre 3 heures), avec des voyageurs qui en avait une, c'est très pratique.

Le seul inconvénient est que dans un endroit sans arbre, un compagnon de voyage devra te tenir le sac en hauteur pour que le système fonctionne.

[Voir sur Amazon](#)

Les lingettes:

C'est le seul article de ce guide que je n'aime pas utiliser, mais ce n'est que mon avis personnel. Beaucoup de voyageurs les utilisent et en sont très contents. En y pensant c'est pas du tout écologique, ni intéressant économiquement. Fais comme tu veux, mais je t'invite à ne pas en acheter.



[Voir sur amazon](#)

Une couverture de survie:

L'accessoire indispensable à toujours avoir sur soi en voyage, en cas d'accident. Elle te sera d'autant plus utile que les nuits sont très froides dans les montagnes Kirghizes. Même si tu trouveras des couvertures très chaudes dans les yourtes, cette couverture de survie prendra moins de place qu'un duvet et te tiendra tout aussi chaud. J'en ai toujours une avec moi quand je voyage.

[Voir sur amazon](#)



Accessoire électronique :

La power bank:

C'est l'accessoire indispensable si tu souhaites utiliser tes appareils électronique. C'est celle que j'utilise en voyage lorsque je n'ai pas accès à l'électricité, comme c'est le cas dans les montagnes Kirghizes. Elle permet de charger ton portable 4 à 6 fois selon le modèle. A toi de gérer l'utilisation pour ne pas le recharger trop souvent.



[Voir sur amazon](#)

Voilà la liste des accessoires que je te conseille de prendre avec toi, lors d'une randonnée à cheval au Kirghizistan, pour rendre ton expérience plus confortable et plus agréable.

N'hésite pas à me contacter si tu as des questions.

A bientôt.

Georges-Michel