

MATERIEL ET REPAS A PREVOIR :

MATERIEL :

- vélo en bon état (freinage efficace, pneus gonflés correctement, éclairage adapté)
- matériel de réparation (chambre à air ou kit de réparation chambre à air, pompe à vélo)
- Gilet réfléchissant + CASQUE FORTEMENT RECOMMANDE (OBLIGATOIRE pour les – 12 ANS)
- Tenue de pluie (au cas où) / casquette pour le soleil, lunettes de soleil
- Sacoche étanches pour emmener votre matériel
- Tente (pas de tente 2 secondes!)
- Matelas gonflable
- Duvet
- Lampe frontale
- Gourde
- Trousse de toilette (gel douche, shampoing, dentifrice, brosse à dent etc...)
- Crème solaire
- serviette de bain + maillot de bain
- Vaisselle (couverts, gobelet, bol)
- Liquide vaisselle
- bouchons d'oreilles

TROUSSE DE SECOURS INDIVIDUELLE :

- alcool
- coton
- pansements
- mercurochrome
- tire tiques ! + Pince à épiler
- paracétamol
- crème anti inflammatoire (type voltarène)

REPAS A PREVOIR :

- Pique nique du samedi midi
- Pour les repas du Samedi soir et dimanche midi : possibilité de faire des courses au SUPER U de Maulévrier, Ouvert le Samedi de 8h30 à 19H30

PETIT DEJEUNER DU DIMANCHE MATIN OFFERT PAR L'ASSOCIATION !

possibilité de faire des courses au SUPER U de Maulévrier, Ouvert le Samedi de 8h30 à 19H30