

TROUSSEAU SEJOUR NATIONAL ET EUROPEEN DES JEUNES

Matériels campement :

- Tente
- Duvet
- Matelas gonflable

Matériels vélo :

- Eclairage vélo (peut être utilisé à l'occasion d'une sortie nocturne)
- Matériel réparation adapté au vélo (chambre à air, rustine, clé, etc...)
- Antivol

Vêtements vélo :

- Casque adapté et homologué
- 2 cuissards courts au minimum (ou short adapté)
- 2 maillots au minimum
- 1 coupe vent imperméable
- Chaussures vélo adaptées
- Gilet de sécurité (jaune) (voir avec votre école)
- Gants vtt
- Bidon
- Sac à dos vtt

Vêtements site :

- Tee-shirts, sous-vêtements, survêtement, pantalons, shorts, chaussettes, blousons, le tout pour une semaine
- Linge de toilette
- Nécessaire de toilette
- Chaussures
- Claquette douche

Matériels divers :

- Tube de crème anti irritation
- Tube de crème protection solaire
- Tube de lessive
- Pincettes à linge
- Argent de poche (max 15 euros)
- Enveloppe pré-timbrée pour courrier (3)
- Licence fédérale de cyclotourisme de l'année en cours

Quoi encore ?

- La préparation méticuleuse du vélo est essentielle, pneus, patins neufs ou presque, câbles et mécanique révisés.
- La préparation cyclo est indispensable et essentielle. Il faut arriver en bonne condition physique et morale ; il est recommandé d'avoir roulé régulièrement avant ce séjour.
- Le recensement des tentes est en cours. Donc ceux qui ont une tente doivent la prendre.