

Classe de découvertes autogérée Le vélo en chanté Le trousseau conseillé

<p align="center">Ce que je dois porter sur moi lundi matin</p>	<p>De la tête aux pieds :</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> un casque de vélo correctement sanglé <input type="checkbox"/> un T-Shirt à manches courtes jaune fluorescent ou de couleur vive (pas de débardeur afin d'éviter les coups de soleil et le contact direct avec les sangles du sac à dos) <input type="checkbox"/> des gants de cycliste (pour les passages avec ronces) <input type="checkbox"/> un short confortable ou un short renforcé spécial vtt <input type="checkbox"/> des chaussettes ou des socquettes <input type="checkbox"/> des chaussures de sport fermées
<p align="center">Ce que je place dans mon sac à dos</p>	<p>Un sac à dos bien sanglé</p> <p>Dans la poche principale :</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> une bouteille d'eau ou une gourde <input type="checkbox"/> des lunettes de soleil dans un étui protecteur (facultatif) <input type="checkbox"/> une casquette <input type="checkbox"/> un haut imperméable pour se protéger de la pluie, type K-way <input type="checkbox"/> un appareil-photo personnel (facultatif car des photos seront prises par les accompagnateurs) <input type="checkbox"/> de la crème solaire <input type="checkbox"/> deux chambres à air de rechange <input type="checkbox"/> des mouchoirs en papier <input type="checkbox"/> un flacon plastique de gel mains antiseptique sans rinçage <p>Dans la poche annexe :</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> un calepin pour rédiger mon carnet de voyage <input type="checkbox"/> un crayon à papier + une gomme + un taille-crayon + un stylo à bille
<p align="center">Ce que je place dans ma(mes) valise(s) qui sera(seront) chargée(s) dans la camionnette d'assistance</p>	<p>Une ou deux valises marquées à mon nom</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> un sac de couchage marqué à mon nom <input type="checkbox"/> un petit oreiller marqué à mon nom <input type="checkbox"/> un doudou <input type="checkbox"/> un sac plastique pour le stockage du linge sale et la séparation d'avec le linge propre de la valise <input type="checkbox"/> une trousse de toilette complète -deux serviettes de toilette -un gant de toilette -un sweat-shirt ou une veste de survêtement pour le soir -un pantalon pour le soir -des sandalettes ou des tongs pour le soir -un pyjama -quatre changes complets -un short de rechange -une lampe de poche à dynamo ou à piles -un ou deux jeux de société (conseillé) -un ou deux livres (conseillé) (pas de jeux électroniques, pas de téléphones portables, pas de lecteurs mp3)