

Trousseau séjour sportif itinérance

Le sac ou la valise doivent être de taille raisonnable

Nom :	J'ai	J'ai besoin qu'on m'en prête	Je peux en prêter (1,2,3...)
Prénom :			
<u>Camping</u>			
Une tente 2-3 places			
Un tapis de sol ou un petit matelas			
Un duvet			
Un petit oreiller			
Une tenue pour la nuit			
Une lampe de poche			
Un nécessaire de toilette (brosse à dents, dentifrice, savon et/ou shampooing, 1 élastique pour les cheveux longs) et une serviette			
Une assiette, un gobelet, un bol (non cassables), des couverts			
Une gourde			
Un livre (pas trop épais!) et/ou un petit jeu			
Un petit cahier ou carnet et un stylo			
<u>Pratique des activités physiques</u>			
Un petit sac à dos (pour la journée)			
Une casquette ou un chapeau			
Lunettes de soleil et crème solaire			
Chaussures d'eau ou vieille paire de baskets			
Un maillot de bain et un short ou legging ou combishort en néoprène qui peut être mouillé.			
Une paire de basket pour marcher et faire du vélo			
Une paire de tongs ou de claquettes			
Un coupe vent			
3 T-shirts			
Un sweat bien chaud et un pantalon pour le soir			
Un short ou jogging pour marcher et faire du vélo			
Sous vêtements pour 3 jours			
Un sac plastique ou poubelle pour les affaires mouillées			