

## Check-list matériel pour randonnée

Catégorie	Matériel	Indispensable	Confort	
<b>Equipement vélo et sécurité</b>	Support bagage	X		
	Sacoche de guidon		X	
	Sacoche arrière	X		
	Couvre-selle en gel	X		
	Sonnette	X		
	Cadenas et clés ou code	X		
	Porte-bidon ou gourde ou bouteille	X		
	Rétroviseur	X		
	Béquille		X	
	Garde boue		X	
<b>Dépannage vélo</b>	Chambre à air	X		
	Pompe à pied	X		
	Colle et rustines	X		
	Clé pour démontage roue	X		
	Démonte-pneus	X		
	Câble de frein	X		
	Dérive-chaîne, maillon rapide, chiffon	X		
<b>Option camping</b>	Tente	X		
	Sac couchage	X		
	Matelas auto-gonflant	X		
	Sandow	X		
<b>Option camping : repas</b>	Réchaud PR3	X		
	Recharge alcool	X		
	Casserole alu avec manche et couvercle	X		
	Briquet ou allumette	X		
	Bols plastique	X		
	Assiette		X	
	Cuillère / fourchette / Opinel	X		
	Bouteille plastique rigide (réserve d'eau)	X		
	Lavette ou éponge	X		
	Produit vaisselle	X		
<b>Alimentation</b>	Torchon		X	
	Couverture de sol		X	
	Boisson petit déjeuner / sucre		X	
	Fruits secs ou barres céréales	X		
	Achats quotidiens	X		
	<b>Habillement cycliste</b>	2 cuissards cycliste	X	
		2 t-shirt ou maillot technique	X	
		Sweat-shirt ou pull léger	X	
		Casque	X	
		Paire de gant		X
Impert respirant		X		
2 paires de chaussettes		X		
Paire de chaussures pour vélo			X	
Gilet de sécurité jaune fluo	X			

	Catégorie	Matériel	Indispensable	Confort
	<b>Hygiène</b>	Gant de toilette	X	
		Serviette	X	
		Gel douche, brosse à dent, dentifrice, déo	X	
		Crème solaire		X
		PQ – mouchoirs papier	X	
		Trousse de secours		X
		Produit lessive à la main		X
		Tongues		X
	<b>Divers important</b>	Moyens de paiement		X
		Adresses hotels – campings		X
		Cartes itinéraire		X
		Appareil de photo / caméra		X
		Téléphone, powerbank		X
		Lunettes de soleil	X	
	<b>Divers</b>	Lampe de poche	X	
		Sacs plastiques pour déchets	X	
		Sacs poubelle (grand format 100 L)		X
		Stylo + carnet de route		X
		Corde à linge + pinces		X
		<a href="http://www.sporturbain.fr">http://www.sporturbain.fr</a>		