



Voyage à vélo de plusieurs jours

VÊTEMENT

- Pantalon de cyclisme renforcé
- Pantalon long chaud
- Pantalon de pluie
- Kway/ veste de pluie
- Doudoune compactable
- T-shirts respirants et à séchage rapide
- Pantoufles compactes (p. ex. tongs)
- Polaire chaude
- Bande pour les oreilles
- Écharpe
- Gants de vélo
- Casque

ACCOMPAGNEMENT

- Lunettes à lentilles interchangeables
- Bouteille(s) d'eau
- Caméra / GoPro
- Cartes / GPS
- Produit anti-moustiques
- Crème solaire
- Mouchoirs
- Chargeur pour tous les appareils électroniques
- Carnet de voyage et stylos à écrire

POUR LE VÉLO

- Kit de réparation
- Chaîne et cadenas
- Feux avant/arrière

POUR LE CAMPING

- Tente compacte
- Matelas autogonflant
- Sac de couchage compact
- Fourneau
- Pot en aluminium
- Assiette et couverts
- Liquide vaisselle, éponge et serviette
- Fil et pinces à linge

AUTRE

- Kit de premiers soins
- Panier-repas
- Barres énergétiques
- Sèche-cheveux de voyage
- Aliments énergiques et facilement conservables
- Médicaments et sels minéraux

Mes notes :
