

Matériel nécessaire à tous les entrainements

➤ Matériel obligatoire :

- Un vrai VTT adapté à la taille de l'enfant et en parfait état de marche (Les éducateurs peuvent vous conseiller à ce sujet).
- Un Casque (norme CE) réglé à la taille de l'enfant et en parfait état.
- Un petit sac à dos, si possible avec "poche à eau", genre Camel bag.
- Une paire de chaussures de sport (semelle non lisse) ou chaussures VTT à cales.
- Une poche à eau dans le sac à dos ou un bidon avec porte bidon fixé sur le vélo.
- De l'eau (1 à 2 litres selon la saison) pour boire avant, pendant et après l'effort !
- Un en-cas (indispensable !)
 - Barre de céréales, fruits secs, pâtes de fruits... selon les goûts
 - Ne jamais partir sans manger, surtout pour les randonnées effectuées le matin !
- Une mini-trousse de réparation :
 - **2 démonte pneus**
 - **1 ou 2** chambre (s) à air (taille et valve adaptées au vélo)
 - **Une pompe**

➤ Matériel fortement recommandé pour la sécurité et le confort de l'enfant :

- Une paire de gants de vélo
 - Gants légers ou mitaines pour l'été (Protection en cas de chute et pour éviter les ampoules)
 - Gants chauds pour l'hiver (Ce sont les mains qui craignent le plus le froid car elles ne bougent guère...)
- Une paire de lunettes de vélo
 - Pour se protéger contre les insectes, les branches et éventuellement le soleil.
 - Attention des lunettes foncées peuvent gêner la visibilité en sous bois en l'absence de soleil.
- Un coupe-vent léger (dans le sac à dos)

➤ Matériel non indispensable (mais bien pratique quand même...) :

- **Un compteur** (le plus simple, avec fil, est suffisant)
- **Une Boussole** (une vraie boussole plaquette, utilisée ponctuellement)

Les matériels en bleu peuvent être nécessaires dans certains groupes et non dans d'autres, renseignez vous auprès de l'éducateur de votre enfant.

Et n'oubliez pas que les éducateurs pourront vous conseiller utilement pour tout le matériel nécessaire