

Équipement mini type circuit VTT

Par couple		sac 1 - M	Sur soi	sac 2 - F	sur soi
Désignation	Nombre			Nombre	
Pour le soir					
Chaussures légères	1P			1P	
Paire chaussettes	1P			1P	
Slip	1			1	
Soutien-gorge				1	
Pantalon ou short léger	1			1	
Chemise ou t-shirt	1			1	
Doudoune léger type JOTT se range roulée (peu servir la journée en cas de mauvais temps)	1			1	
Haut pyjama ou T-shirt	1			1	
Caleçon pour dormir	1			1	
Pour la journée					
Casque			1		1
Gants vélo			1P		1P
Chaussures de vélo VTT			1P		1P
Chaussettes VTT			1P		1P
Cuissard (long, court)			2		2
Bermuda ou short			1		1
Ceinture			1		1
Slips			2		2
Soutiens-gorge			2		2
T-shirt			1		1
K-way ou veste vélo			1		1
Sweet					
Poncho (météo)					
Maillot de bain !!					
Repas ?					
Couverts (fourchette, cuillère, couteau)					
Gourde ou bouteille eau			1		1
Divers					
Crayon					
Carnet pour notes					
Carte bleue					
Carte CPAM - Carte Mutuelle					
Chéquier					
Papiers personnels					
Assurance rapatriement (voir votre contrat)					
Hygiène					
Serviette microfibre					
Petit flacon shampoing					
Petit flacon savon					
Brosse à dents					
Dentifrice					
Linguettes Serviettes hygiéniques					
Cotons-tiges					
PQ					
Sopalin					
Mouchoirs (*10)					
Peigne / brosse					
Petit flacon de lessive					
Petits sacs poubelle					
Secours/Sécu/divers					
Médicament(s) - Ordonnance					
Crème solaire					
Pansements divers					
Téléphone					
Chargeur Téléphone					
Montre / boussole / GPS / + USB					
Topo Guide + sa pochette étanche					
Lampe à led					
Batterie rechargeable de secours					
Carte région / documentation					
Petits sacs en plastique (étanches)					
Ficelle (2m)					

	Lunettes de soleil				
	Attache lunettes				
	Epingles à nourrice				
	Pinces à linge				
	Couverture survie				
	Tendeurs divers				
Souvenirs	Appareil photo+accessoires				
	Chargeur appareil photo				
	Piles rechargeables				
Maintenance vélo SOS	Clés allen 2 4 5 et 6 (suivant vélo) -*				
	Couteau multifonctions Leatherman -*				
	Chambre à air vélo1				
	Chambre à air vélo 2				
	chambre à air remorque1				
	chambre à air remorque2				
	Clé plate				
	Démonte-pneu				
	Rustine, colle, grattoir (répa chbre air)				
	Maillons rapide chaîne				
	Huile				
	Dégrippant				
	Dérive chaîne -*				
	Clé à rayons -*				
	Pompe				
	Outils multifonctions -*				

[Evidemment ... c'est un exemple de la composition de votre sac , votre choix dépendra de votre randonnée \(lieu, hébergement, durée, saison, etc,\) et du poids de votre sac](#)

<https://kisling.fr>