



Ecole VTT de randonnée **Matériel indispensable à toutes les séances**

Matériel obligatoire :

- Un **vrai** VTT adapté à la taille de l'enfant et **en parfait état de marche** (les parents doivent contrôler le bon état de marche avant chaque sortie)
- Un Casque (norme CE) **réglé à la taille de l'enfant** et en parfait état.
- Une paire de chaussures de sport (semelle non lisse) ou de chaussures de vélo (semelle rigide). Les chaussures de VTT à cales, pour pédales automatiques, sont déconseillées.
- Une tenue vestimentaire appropriée à la pratique du VTT et adaptée aux conditions météorologiques. Cuissard court ou long ou un short cycliste (le survêtement est déconseillé car trop ample, donc source d'accrochage)
- Un Coupe-vent léger toujours présent dans le sac à dos
- Un petit sac à dos, éventuellement avec "poche à eau", genre Camel bag.
- Une poche à eau dans le sac à dos ou un bidon avec porte bidon fixé sur le vélo. Il faut boire avant, pendant et après l'effort ! (1 à 2 litres d'eau selon la saison)
- Un « en-cas » (indispensable !) : Barre de céréales, fruits secs, pâtes de fruits...
- 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 (Lunettes de ski sont déconseillées car trop sombres)
- Une mini-trousse de réparation composée de 2 démonte pneus, 1 chambre à air adaptée au vélo (taille et valve), 1 pompe, 1 outil "multi-usages" adapté au VTT de l'enfant et, si besoin, 1 clef adaptée au démontage de la roue.
- Un mémo des coordonnées téléphoniques des parents. (En cas de nécessité durant la sortie)

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

- Un compteur (le plus simple, avec fil, est suffisant)

Note à l'attention des parents

Nous effectuons une vérification de l'état du vélo de votre enfant avant chaque départ dans un objectif de sécurité. Si ce dernier présente un danger pour votre enfant, ou si son équipement n'est pas complet nous pourrions être contraints à refuser votre enfant à la sortie.

Soyez vigilants, il en va de la sécurité de votre enfant !

Nous vous rappelons que nous ne sommes pas habilités à intervenir mécaniquement sur le vélo.

Les éducateurs pourront vous conseiller utilement pour tout le matériel nécessaire.

N'hésitez pas à les solliciter !