









Trousse à outils CCVP + entretien + vêtements

1/ Trousse à outils (dans son sac à dos de VTT / sacoches de vélo)

	OU	Nécessaire de réparation pour 2 crevaisons (rustines, colle) OU 2 Chambres à air avec la valve et taille adaptée au vélo. (CDJC)
	2 démonte-pneus (CDJC)	
	Pompe à vélo adaptée à la chambre à air (CDJC)	
	Patte de dérailleur de rechange, adaptée au VTT et/ou VELO DE ROUTE	
	Dérive-chaîne pour vélo (Peut se trouver sur le MULTIOUTILS → à vérifier) (CDJC)	
	1 câble de frein AR (sauf si freins hydraulique) (CDJC)	
	1 câble de dérailleur	
	MULTIOUTILS : Jeu de clés Allen et tournevis (plat, cruciforme). (CDJC)	
	Clé à rayon (Peut se trouver sur le MULTIOUTILS → à vérifier)	
	Clé de 15 pour démonter les roues, si au moins une des 2 roues du vélo est maintenue avec des écrous (CDJC)	

NOTA : Dans le cas où l'on consommera quelque chose pour réparer son vélo (câble, chambre à air, rustine...), on en rachète et on le remet dans sa trousse à outils – Idem si on perd un outil

2/ Ravitaillement (à chaque sortie) (dans son sac à dos de VTT / sacoches de vélo)

	De l'eau (au moins 30cl) – via une poche à eau OU bidon		De quoi manger
---	---	--	----------------



3/ vêtements

		K-Way/coupe-vent (cas de pluie) Vêtements chauds (hiver) PAS DE JEAN		Gants (mitaine en été, long en hiver) Protection oreille (hiver/vent)
--	---	---	--	--

Sur le vélo

	1 sonnette (CDJC)		Eclairage AV + AR, avec des piles récentes (CDJC)
---	-------------------	---	---

Chez soi (en pièces de rechanges + entretien) :

	2 paire de patins de freins V-brake OU 2 jeux de plaquettes pour frein à disques 2 câbles de frein AR (sauf si freins hydraulique) + 2 câbles de dérailleur
	De l'huile WD40 (pour la chaîne, les transmissions et les roulements) 1 ou ++ vieux chiffons