

# Trousse à outils CCVP + entretien + vêtements



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

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

**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 / sacoche de vélo)

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

## 3/ vêtements

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

\*\*\*\*\*

## Sur le vélo

|  |                          |  |  |
|--|--------------------------|--|--|
|  | <p>1 sonnette (CDJC)</p> |  | <p>Eclairage AV + AR, avec des piles récentes (CDJC)</p> |
|--|--------------------------|--|--|

## Chez soi (en pièces de rechanges + entretien) :

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