Travel CHECKLIST

- 1ère couche : sous-vêtements thermiques (chemise + legging)
- 2ème et 3ème couche : deux fleece polaires l'une sur l'autre (une fine et une plus épaisse, les deux à manches longues et de préférence avec col et fermeture).
- Prevoyez une couche supplémentaire pour les moments froids.
- Dernière couche : une veste imperméable et coupe-vent, près du cou et des poignets.
- En tant que pantalon imperméable, le pantalon de vélo en nylon (surpantalon) est une bonne solution. Éventuellement avec une fermeture en bas pour ne pas avoir à enlever ses chaussures.
- Pantalons longs
- Bonnet et gants fins

Event Travel

- Bas et bottes de randonnée chaudes
- Sac à dos
- Avant de partir, traitez les chaussures pour qu'elles soient déperlantes.
- Un maillot de bain et une petite serviette
- Crème solaire, baume à lèvres et crème hydratante
- Une petite trousse de secours (pansements et compeed, antiseptique, anti-douleur & antipyrétique) & vos médicaments personnels
- Articles de toilette limités.
- Lunettes de soleil et lunettes de rechange si vous portez des lentilles de contact ou des lunettes
- Chaussures légères (pour les soirées sur les lieux d'hébergement)