

MA CHECK LIST DU VTT

Avant de venir le samedi,

○ Je vérifie que mon VTT est en bon état :

- ✓ les freins,
- ✓ les pneus,
- ✓ le fonctionnement du dérailleur.

○ Je vérifie mon équipement :

- ✓ mon casque obligatoire (sinon pas de sortie),
- ✓ Cuissard,
- ✓ Maillot
- ✓ Gants,
- ✓ Lunettes de soleil,
- ✓ Vêtement de pluie,
- ✓ Veste,
- ✓ Baskets avec crampons.

○ Dans mon sac à dos, j'ai le matériel de réparation adapté à mon VTT :

- ✓ Une chambre à air de la bonne dimension,
- ✓ Une clé adaptée pour démonter la roue,
- ✓ Une pompe,
- ✓ Des rustines.

○ Je n'oublie pas :

- ✓ De l'eau
- ✓ Un petit goûter (barres de céréales, fruits secs...)