

Matériel nécessaire pour être une vraie Sardine !!!!!

Natation :

- Maillot
- Bonnet
- Une paire de lunettes qui ne prennent pas l'eau.
- Pull boy
- Palmes de nage
- Plaquettes (à partir de benjamins) à voir avec les entraîneurs pour le model.
- Gourde d'eau avec son nom.

Vélo :

- Un vélo révisé en état (pneu, chaines, freins...)
- Un casque en état
- Une paire de gants
- Une paire de lunettes
- Un bidon d'eau ou sac avec réserve d'eau (type camelbak)
- Un encas (barre céréales, fruits sec...)
- Une tenue adaptée à la pratique du vélo (cuissard) et à la saison.
- Une chambre à air adaptée à ses pneus.

Course à pied :

- Une paire de running en état.
- Une tenue adaptée à la pratique (short ou cuissard et teeshirt) et à la saison (bonnet et gants quand il fait froid)
- Une gourde avec mon nom.
- Une montre chronomètre à partir de pupille 2

