

# La Cyclonomade

## Check-list : Le matériel

Parce que l'on oublie toujours quelque chose, parce que l'on a facilement ce sentiment d'avoir oublié quelque chose, ou simplement parce que l'on ne sait pas par quel bout commencer ; voici la check-list du matériel à prendre pour un voyage à vélo.

Et n'oublis pas de tester ton matériel avant de partir !

### Le matériel vélo

	Courte durée	Moyenne durée	Longue durée
<input type="checkbox"/> Rétroviseur	X	X	X
<input type="checkbox"/> Lumières	X	X	X
<input type="checkbox"/> Compteur	X	X	X
<input type="checkbox"/> Sonnette	X	X	X
<input type="checkbox"/> Porte-gourde	1 minimum	2 minimum	2 minimum
<input type="checkbox"/> Antivol	X	X	X
<input type="checkbox"/> Béquille	Selon vos préférences		
<input type="checkbox"/> Sacoche de cadre	Selon vos préférences		
<input type="checkbox"/> Sacoche de guidon	X	X	X
<input type="checkbox"/> Paire sacoches avant		/	X
<input type="checkbox"/> Paire sacoches arrière	X	X	X
<input type="checkbox"/> Moyeu dynamo	Non indispensable, souvent utile		
<input type="checkbox"/> Chargeur ( <i>type Bush &amp; Muller</i> )	Selon préférences - Pensez à déconnecter		X
<input type="checkbox"/> Protège selle	Utile avant tout pour les selles en cuir		
<input type="checkbox"/> Casque	Selon vos préférences		
<input type="checkbox"/>			
<input type="checkbox"/>			
<input type="checkbox"/>			
<input type="checkbox"/>			
<input type="checkbox"/>			

# La Cyclonomade

## Check-list : Le matériel

### La trousse à outils

	Courte durée	Moyenne durée	Longue durée
<input type="checkbox"/> Chambre à air de rechange	X	X	X
<input type="checkbox"/> 3 démontes pneus	X	X	X
<input type="checkbox"/> 1 pompe	X	X	X
<input type="checkbox"/> Kit de réparation (rustines, grattoir et colle)	X	X	X
<input type="checkbox"/> Clés allen	/	X	X
<input type="checkbox"/> Emplâtre		X	X
<input type="checkbox"/> Pince à épiler		X	X
<input type="checkbox"/> Clé de rayon			X
<input type="checkbox"/> Rayons de rechange		X	X
<input type="checkbox"/> Câbles de rechange			X
<input type="checkbox"/> Dérive chaîne			X
<input type="checkbox"/> Chaîne de rechange			X
<input type="checkbox"/> Fouet de chaîne			/
<input type="checkbox"/> Pneu de rechange (pliable)		/	/
<input type="checkbox"/> Patins de frein		/	X
<input type="checkbox"/> Vis diverses		X	X
<input type="checkbox"/> Colliers de serrage (tie rap)	1 ou 2	4 ou 5	10 environ
<input type="checkbox"/> Duct tape	En enrouler un peu autour du cadre		
<input type="checkbox"/> Chiffon	Toujours utile		



# La Cyclonomade Check-list : Le matériel

## Matériel de bivouac

	Courte durée	Moyenne durée	Longue durée
<input type="checkbox"/> Tente	/	X	X
<input type="checkbox"/> Matelas	/	X	X
<input type="checkbox"/> Sac de couchage	/	X	X
<input type="checkbox"/> Oreiller	À évaluer selon tes besoins		
<input type="checkbox"/> Chaise	À évaluer selon tes besoins		
<input type="checkbox"/> Réchaud	/	X	X
<input type="checkbox"/> Combustible	/	X	X
<input type="checkbox"/> Plats de cuisson	/	X	X
<input type="checkbox"/> Ustensiles	/	X	X
<input type="checkbox"/> Assiette	/	X	X
<input type="checkbox"/> Verre	/	X	X
<input type="checkbox"/> Éponge	/	X	X
<input type="checkbox"/> Poche à eau	/	/	X
<input type="checkbox"/> Filtre à eau		/	X
<input type="checkbox"/> Couteau multi fonction	/	/	X
<input type="checkbox"/> Lampe frontale	X	X	X

<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____
<input type="checkbox"/>	_____



## La Cyclonomade Check-list : Le matériel

### Les vêtements

Plus qu'un besoin selon la durée du voyage, les vêtements se choisissent en fonction du climat de la destination ET ta résistance au froid.

À toi de trouver ta combinaison parfaite.

#### Garder son corps au chaud

- 2 justaucorps à manche longues (mérino ou synthétique)
- 2 polaires d'épaisseurs différentes
- 1 veste imperméable
- 1 coupe vent ultra compressible
- 1 buff
- 7 sous-vêtements (mérino ou synthétique)
- 1 ou 2 collants (mérino ou synthétique)
- 1 pantalon imperméable
- 1 pantalon coupe vent

#### Garder son corps au frais

- 3 t-shirts dry fit
- 1 ou 2 short légers qui évacuent bien la transpiration
- 1 maillot de bain

#### Accessoires

- 1 paire de chaussures fermées
- 1 paire de chaussures ouverte
- 1 couvre chaussure imperméable
- 3 paires de chaussettes (idéalement en mérino)
- 1 paire de gants légers
- 1 paire de gants coupe-vent / imperméables
- 1 chapeau
- Lunettes de soleil
- Cuissard (selon besoin personnel)

#### Trucs de filles

- Coupe menstruelle
- Urinette
- Fausse alliance
- Foulard

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

# La Cyclonmade

## Check-list : Le matériel

### Trousse de toilette

	Courte durée	Moyenne durée	Longue durée
<input type="checkbox"/> Savon multi-usage	X	X	X
<input type="checkbox"/> Papier toilette	X	X	X
<input type="checkbox"/> Brosse à dent	X	X	X
<input type="checkbox"/> Dentifrice	X	X	X
<input type="checkbox"/> Fil dentaire	/	/	X
<input type="checkbox"/> Crème solaire	X	X	X
<input type="checkbox"/> Coupe ongle	/	/	X
<input type="checkbox"/>			
<input type="checkbox"/>			
<input type="checkbox"/>			

### Trousse à pharmacie

	Courte durée	Moyenne durée	Longue durée
<input type="checkbox"/> Anti-inflammatoires	/	X	X
<input type="checkbox"/> Pansements	X	X	X
<input type="checkbox"/> Désinfectant	X	X	X
<input type="checkbox"/> Pince à tique			
<input type="checkbox"/> Pastille de purification d'eau			
<input type="checkbox"/> Couverture de survie	/	/	X
<input type="checkbox"/> Autres à définir selon vos besoins	À chacun ses besoins en terme de santé. Cependant ne prends que l'indispensable. Selon les destinations, la plupart des médicaments seront faciles à acheter.		
<input type="checkbox"/>			
<input type="checkbox"/>			
<input type="checkbox"/>			

# La Cyclonomade

## Check-list : Le matériel

### Documents indispensables

	Courte durée	Moyenne durée	Longue durée
<input type="checkbox"/> Papiers d'identité	X	X	X
<input type="checkbox"/> Passeport	Si déplacement à l'étranger		
<input type="checkbox"/> Réservations	/	/	/
<input type="checkbox"/> Visas	/	/	/
<input type="checkbox"/> Photocopies de tous ces documents	X	X	X
<input type="checkbox"/> Photos d'identité	Si demande de visa durant le voyage		
<input type="checkbox"/> Carte bancaire	X	X	X
<input type="checkbox"/> Devises locales	X	X	X

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

### Loisirs & numérique

	Courte durée	Moyenne durée	Longue durée
<input type="checkbox"/> Carnet de voyage	À chacun ses loisirs, définissez les vôtres !		
<input type="checkbox"/> Carnet de dessin			
<input type="checkbox"/> Livres			
<input type="checkbox"/> Téléphone			
<input type="checkbox"/> Ordinateur			

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_