



## TROUSSEAU SEJOUR SPORTIF

### " DETENTE A LA MONTAGNE "

Thème : Activités Physiques en lien avec la Neige et la détente

Nom : ..... Prénom : .....

Joindre un exemplaire de cette liste dans la valise du sportif en indiquant le nombre de vêtements dans la colonne « P » et en prenant en compte la tenue portée le jour du départ.

P	A	D	Vêtements	Description éventuelle (couleurs...)
			1 anorak chaud	
			1 pantalon de ski	
			3 tee shirts	
			1 pantalon	
			1 survêtement	
			2 pull-overs chauds	
			1 pyjama	
			3 paires de chaussettes	
			3 slips	
			Soutiens gorge et des serviettes périodiques pour les filles	
			1 paire de tennis	
			1 paire de boots ou bonnes chaussures de marche	
			1 paire de pantoufles	
			1 maillot de bain (short de bain interdit)	
			1 serviette de piscine	
			1 paire de tong (si besoin pour éviter de glisser)	
			1 serviette de toilette	
			1 gant de toilette	
			1 trousse de toilette (brosse à dents, dentifrice, gobelet, brosse, rasoir)	
			1 gel douche, 1 shampoing	
			1 serviette de table	
			1 sac à linge	
			1 petit sac à dos	
			1 paquet de mouchoirs en papier	
			1 paire de lunettes de soleil	
			1 crème solaire	
			1 paire de gants chauds + 1 écharpe + 1 bonnet	
			1 gourde ou bouteille d'eau	
			Papier à lettre	
			Enveloppes timbrées avec l'adresse du destinataire	
			Autres (argent, appareil photo, téléphone...) :	

Ce trousseau est établi à titre indicatif, pour un séjour de 3 jours.

De l'argent de poche pourra être en possession du sportif. Il sera récupéré par les animateurs à l'arrivée aux centre d'hébergement afin d'éviter tout problème de perte, de disparition ou autre.

Tout objet de valeur (téléphone, lecteur mp3, appareil photo...) sera confié aux animateurs mais le CDSA 69 dégage toute responsabilité en cas de perte, de vol ou de casse.

**Nous rappelons que chaque vêtement doit être marqué au nom du sportif à l'aide de bandes tissées cousues. Vous avez un mois à compter de la fin du séjour pour demander au bureau du CDSA 69 si nous avons retrouvé vos vêtements ou affaires et venir les récupérer.**