



Check-list

Bikepacking



Vêtements



- ☐ Sous-vêtements
- ☐ 1 haut long / 3 tee-shirts (s)
- ☐ 1 haut cycliste / K-way
- ☐ 2 peaux de chamoix
- ☐ 1 legging / jogging
- ☐ 1 short + 2 tee-shirts (n)
- ☐ 1 doudoune - / coupe vent
- ☐ Maillot de bain / brassière

Autres



- ☐ Médicaments
- ☐ Biafine
- ☐ Kit premier secours
- ☐ Duvet / matelas
- ☐ Réchaud avec une bonbonne
- ☐ Popote / poêle / couverts
- ☐ Assiettes creuses / gobelets
- ☐ Éponge / liquide vaisselle
- ☐ Torchon
- ☐ Sel / poivre / épices
- ☐ Pâtes / riz / semoule
- ☐ Cannelle / sucre / compote
- ☐ Briquet
- ☐ Ficelle / pinces à linge
- ☐ Lessive
- ☐ Sac poubelle / gros scotch
- ☐ Lampes frontales

Hygiène



- ☐ Serviette micro-fibre
- ☐ Savon bloc / gel douche
- ☐ Shampoing
- ☐ Dentifrice - brosse à dents
- ☐ Papier toilettes
- ☐ Crème solaire
- ☐ Brosse à cheveux / élastiques
- ☐ _____

Accessoires



- ☐ Gants vélo
- ☐ Lunettes de soleil
- ☐ Casquette
- ☐ Bidons d'eau
- ☐ 2 tentes (2+3 places)
- ☐ Casque
- ☐ Douche solaire
- ☐ Chaises / couverture picnic

Chaussures



- ☐ 1 paire de baskets
- ☐ 1 paire de tongues

IMPORTANT



- ☐ Argent / Carte d'identité
- ☐ Couteau suisse
- ☐ Chargeur / batterie externe
- ☐ Compteur
- ☐ Carte d'assurance maladie
- ☐ De la motivation
- ☐ Des muscles