Préparer ses affaires pour un triathlon

Il est plus que recommandé d'anticiper la préparation.
Pensez à réaliser 3 packages en plus du Vélo.

Le **Package DEPART** constitue l'ensemble de toutes les affaires que vous emmenez au départ avec vous depuis votre hébergement.

Le **package VELO** est constitué de toutes les affaires qui vous permettront de partir en vélo. Selon les triathlons, ce package peut être remis la veille dans un sac numéroté avec votre n° de dossard ou bien ce package peut être entreposé au pied du vélo dans le parc à Vélo.

Le **VELO** est à déposer dans le parc à Vélo. Pour rentrer dans le parc à vélo, il sera nécessaire de montrer son dossard, d'avoir son casque attaché.

Le **Package COURSE** doit contenir tout ce qui vous sera nécessaire pour réaliser la course. Selon les triathlons, ce package peut être remis la veille dans un sac numéroté avec votre n° de dossard ou bien ce package peut être entreposé au pied du vélo dans le parc à Vélo.

Package DEPART

Tout ce dont tu auras besoin pour aller au départ :

- La puce électronique déjà portée
- La Tri fonction
- Combinaison Néoprène
- Bonnet de bain de l'organisation
- Lunettes de Natation
- Ceinture cardio
- Protège cou anti-frottement
- Crème anti-frottement
- Boisson d'attente
- Eventuellement Papier Toilette
- Eventuellement vieilles chaussures

LE VELO

Il s'agit de ton vélo proprement dit, donc cela comprend :

- Le Vélo
- La sacoche outillage avec
 - Chambres à air
 - Démonte pneu
 - Démonte roue
 - Cartouches d'air
- Mini-pompe
- Alimentation embarquée :
 - Bidons remplis
 - Barres ou Gel

Package VELO

Tout ce dont tu auras besoin pour monter sur ton vélo :

- Lunettes
- Casque Vélo
- Ceinture dossard
- T-Shirt cycliste éventuel
- Chaussures de vélo avec :
 - Chaussettes
 - Batterie SRAM
 - Compteur
- Gants
- Alimentation à ingurgiter
- Alimentation à charger
- Crème solaire
- Serviette éventuelle pour s'essuyer

Package COURSE

Tout ce dont tu auras besoin pour monter courir :

- Chaussures Running
- Chaussettes de rechange
- Casquette
- T-Shirt ?
- Alimentation à ingurgiter
- Alimentation à charger
- Crème anti-frottement
- Pansements éventuels
- Crème solaire