

STAGE SPORTIF ATHENES 2017

LISTE SUGGESTIVE D'EFFETS

Pas de nettoyage prévu

NOM : Et PRENOM :

	Nbres	Désignation
1		Petit sac à dos
2		Gourde (entraînement)
3		Tee-shirts
4		Slips ou culottes
5		Chaussettes
6		Shorts(s)
7		Sweet-shirts
8		Pulls
9		Pantalons
10		Survêtement(s)
11		Chaussures de sport
12		Chaussons
13		Pyjama
14		Mouchoirs
15		Serviette de toilette
16		Trousse de toilette complète
17		Sac à linge sale
18		Maillots de bain (2 au minimum)
19		Imperméable
20		Blouson
21		Claquettes de bassin (Indispensable)
22		Peignoir de bain (Indispensable)
23		Serviette de bain
24		Crème solaire à fort indice
25		Lunettes de soleil
26		Caquette ou chapeau
27		Bonnet laine (pour les fragiles des oreilles)
28		

Matériel du nageur : 2 bonnets (obligatoirement), lunettes (prévoir 2 paires dont 1 fumée et 1 normale), palme, pull buoy , plaquettes (sauf pour les avenirs), sac piscine.

Tenue du nageur : tee-shirt club, peignoir et claquettes de bassin fortement recommandés, serviette.

Pour les filles, il est préférable d'avoir des maillots de bain de formes différentes pour éviter les brûlures par frottements au niveau du cou et des aisselles.