

MEMENTO ECOLE KEMPER VTT

A chaque séance je n'oublie pas:

Mon casque



Mes gants



Un petit sac à dos avec:

○ Deux chambres à air adaptée à mon VTT

○ Un Kit de réparation

○ Une patte de dérailleur de rechange (s'il y en a une sur mon VTT)

○ De l'eau dans un bidon (pas plus d'1/2 litre)

○ Une petite barre de céréale en cas de fringale

○ Ma licence (envoyée par la F.F.C.T.)

○ Un gilet jaune

Avant chaque séance j'ai vérifié mon VTT:

○ Mes freins

○ Mes pneus, état et gonflage

○ Mes vitesses (elles passent sans difficultés)

Lorsque les départs n'ont pas lieu de la base de Creach Gwen, je trouve le plan d'accès sur le site de mon club: KEMPER VTT.

L'encadrement peut avoir mis des panneaux de signalisation pour que je trouve le lieu de rendez-vous :

