



Liste d'équipements pour un voyage à vélo, aventure et cyclotourisme

Partir à vélo demande une bonne dose d'organisation. Pour que votre aventure se déroule sans encombre, voici une liste complète du matériel à emporter, afin de ne rien oublier. Adaptez-la selon la durée, la saison et le niveau d'autonomie de votre voyage.

ÉQUIPEMENT DE VÉLO

- ☐ Vélo en excellente condition
- ☐ Casque de vélo
- ☐ Trousse de mécanique de base
- ☐ Sacs, sacoches de vélo, porte-bagages
- ☐ Cadenas (facultatif)
- ☐ Bouteilles d'eau

TECHNOLOGIE ET ORIENTATION

- ☐ Carte des sentiers ou du parcours choisi
- ☐ Téléphone cellulaire ou satellite
- ☐ GPS (facultatif)
- ☐ Batterie externe
- ☐ Câbles de recharge

MATÉRIEL DE CAMPING

- ☐ Tente, hamac ou sac bivouac
- ☐ Sac de couchage
- ☐ Matelas de sol
- ☐ Système de filtration pour l'eau (pastilles, filtre, filtre à gravité, etc.)
- ☐ Réchaud et combustible
- ☐ Briquet, allumettes ou allume-feu

- ☐ Gamelle et couvert
- ☐ Couteau à lame tranchante
- ☐ Éponge, savon biodégradable et linge pour sécher
- ☐ Cordelette et mousquetons
- ☐ Sac pour déchets
- ☐ Petite chaise de camping pliable ou matelas gonflable pour s'asseoir

VÊTEMENTS ADAPTÉS À LA SAISON

Privilégiez les couches légères, respirantes et qui sèchent rapidement.

- ☐ Cuissard
- ☐ Maillot de vélo manches courtes et/ou longues
- ☐ Manteau et pantalon imperméables et respirants
- ☐ Veste coupe-vent sans manches
- ☐ Chaussettes
- ☐ Chaussures de vélo
- ☐ Gants de vélo
- ☐ Cache-cou de style buff

VÊTEMENTS POUR LE SOIR

- ☐ Ensemble de vêtements de rechange
- ☐ Veste isolante (type doudoune)

- ☐ Chaussures fermées légères
- ☐ Sous-vêtements
- ☐ Maillot de bain

EFFETS PERSONNELS, D'HYGIÈNE ET DE SÉCURITÉ

- ☐ Lunettes de soleil
- ☐ Lampe frontale + batterie de rechange
- ☐ Lingettes humides biodégradables
- ☐ Papier toilette
- ☐ Mouchoirs
- ☐ Crème solaire
- ☐ Savon biodégradable
- ☐ Trousse de premiers soins
- ☐ Produit antimoustique
- ☐ Brosse à dents + dentifrice biodégradable
- ☐ Bouchons d'oreilles
- ☐ Truelle
- ☐ Trousse de couture
- ☐ Serviette microfibre