

ÉQUIPEMENT | SORTIE CYCLOTOURISME

ACCES
PLEINAIR
.ORG

Équipement de vélo

- Vélo en bon état
- Casque
- Pompe
- Porte-bagages (avant, arrière ou les deux) avec sacoches
- Trousse de réparation de crevaison (avec démonte-pneu)
- Chambres à air de rechange
- Cadenas
- Phare et feu arrière
- Trousse d'outils de base (clés Allen, pinces, tournevis étoile, dérive-chaîne, maillons de chaîne supplémentaires)

Vêtements (respirant à séchage rapide)

- Couvre-chaussures de vélo imperméables
- Gants
- Cuissard ou short de vélo
- Chaussettes de vélo minces
- Manteau de vélo
- Pantalon coquille
- Maillots de vélo
- Chaussures de vélo
- Chaussures, sandales pour le camping
- Short, pantalon à séchage rapide
- Sous-vêtements longs en tissu synthétique
- Sous-vêtements
- Chapeau de soleil
- Haut en laine polaire
- Vêtements de rechange pour le soir et la nuit
- Tuque

Articles supplémentaires

- Appareil photo
- Jumelles
- Carnet, crayon
- Cyclomètre
- Lecture
- Jeu de cartes
- Montre, réveil-matin
- Corde

Incontournables pour votre sécurité

- Itinéraire et plan d'urgence (à remettre à un ami)
- Cartes du trajet dans un étui étanche
- Lunettes de soleil, écran solaire
- Lampe frontale, lampe de poche
- [Trousse de premiers soins](#) (incluant vos médicaments personnels au besoin)
- [Systèmes de communication en cas d'urgence](#) (selon le secteur)
- Allumettes (dans un contenant étanche), allume-feu
- Couteau
- Traitement pour l'eau, filtre, eau potable
- [Trousse de réparation](#) et de couture
- Chasses-moustiques

Matériel de camping

- Tente, bâche, sac bivouac
- Sac de couchage
- Matelas de sol (avec sangles permettant de le transformer en chaise)
- Réchaud, combustible
- Nourriture
- Ustensiles de cuisine
- Gourde, thermos
- Chaudrons, poêle
- Savon biodégradable, linges à vaisselle, éponge
- Articles de toilette (y compris du papier hygiénique)
- Permis de camping (si requis)
- Petite pelle, scie, hache



Cette liste a été créée à partir d'expériences personnelles et de sites spécialisés. Libre à vous d'enlever ou d'ajouter des articles selon votre itinéraire et selon la température et la saison. Certains éléments vous mènent à des liens pouvant vous être utiles si vous n'êtes pas familier avec ceux-ci.