**Liste du Matériel à avoir pour participer**

**aux entrainements clubs encadré par un coach sportif du club**

**Natation**

* - maillot de bain
* - lunettes de natation
* - bonnet de bain (fourni par le club à votre arrivée)
* - pull-boy
* - plaquettes
* - élastique (ou chambre à air usagée) pour mettre autour des chevilles
* 2 balles de tennis
* Tuba
* Palmes
* T shirt ample

Pour nager au lac : une combinaison

**Vélo**

* - vélo de route obligatoire ; pas de VTT (sauf de rares fois l'hiver) ni de VTC
* - casque obligatoire ; sans casque, vous ne ferez pas l'entraînement avec nous
* - matériel de réparation (minimum 1 pompe et une chambre à air de rechange), histoire d'être autonome en cas de crevaison
* - + tenue pour faire du vélo, évidemment !

NB : il existe des [tenues vélo](http://www.issytriathlon.com/main2.0/tenues.php) - cuissard, corsaire, collant long, maillot, gilet sans manche, veste thermique - aux couleurs du club. Nous organisons régulièrement des commandes, pour que vous puissiez les acheter.

**Course à pied**

* - une montre-chronomètre, pour les séances de piste
* - une lampe frontale pour les sorties longues nocturnes
* - + tenue pour courir, évidemment ! notamment des chaussures de running (et pas de simples baskets)