

TROUSSEAU INDICATIF SÉJOUR COTE D'AZUR EN FOLIE

Nom et Prénom du participant _____

	Quantité conseillée	Quantité arrivée	Quantité départ
LINGE DE CORPS :			
Chaussettes	7	_____	_____
Slips ou culottes	7	_____	_____
Pyjama	2	_____	_____
VETEMENTS			
K- Way ou coupe vent	1	_____	_____
Polos ou tee-shirts	7	_____	_____
Pulls ou sweat-shirts	3/4	_____	_____
Shorts	3	_____	_____
Jogging	1	_____	_____
Jean	1	_____	_____
CHAUSSURES :			
Tennis (dont une paire ne craignant rien)	2	_____	_____
Chaussures de ville	1	_____	_____
Chaussures de plage	1	_____	_____
TOILETTE :			
Gant	2	_____	_____
Serviette de toilette	2	_____	_____
Drap de bains	1	_____	_____
Nécessaire de toilette	1	_____	_____
Mouchoirs en papier	2 paquets	_____	_____
Crème solaire haute protection	1	_____	_____
DIVERS :			
Lampe de poche	1	_____	_____
Sac de linge sale	1	_____	_____
Maillot de bain	2	_____	_____
Drap de plage	1	_____	_____
Petit sac à dos	1	_____	_____
Casquette	1	_____	_____
Des lunettes de soleil haute protection	1	_____	_____
Gourde	1	_____	_____
Papier à lettre, enveloppes et timbres, stylo	1	_____	_____
FORMALITES OBLIGATOIRES :			
Un certificat médical autorisation à la pratique du sport en général et notamment de la plongée	1	_____	_____
Autorisation parentale manuscrite pour la pratique de la plongée	1	_____	_____
Test de Natation de 20 mètres délivré par un maître nageur sauveteur	1	_____	_____

Evitez les objets de valeur et les vêtements de marque

**Pensez à emporter K7 et CD pour l'animation musicale et éventuellement un appareil photos jetable.
Médicaments, traitements en cours à remettre à l'Assistante Sanitaire (joindre photocopie de l'ordonnance).
L'argent de poche sera confié au responsable du groupe**