Séjours Fédé

Le trousseau

Fédération Sportive et Culturelle de France
COMITÉ RÉGIONAL PAYS DE LA LOIRE

- Pique-nique pour le premier jour (repas du midi)
- Nécessaire pour le couchage (Drap housse pour protéger le matelas, duvet épais, oreiller…) attention, il peut faire froid la nuit même l'été !
- Chapeau / casquette / lunettes de soleil / chouchou
- Maillot de bain (pas de short de bain pour la piscine) + drap de bain
- Sac à dos / Bouteille d'eau ou gourde
- Crème solaire
- Affaires sportives spécifique suivant le séjour (justaucorps, maniques, bâton de twirling…)
- Affaires chaudes pour le soir
- Une tenue qui ne craint pas
- Nécessaire de toilette, tenues de rechange, tongs pour la douche
- Pharmacie perso si souhaitée (élastoplast, crème, strap…)
- En cas de traitement médical, apporter impérativement l'ordonnance (ventoline…)
- Argent de poche et objets de valeur possible (sous la responsabilité des jeunes)
- Vêtements, habits en quantité suffisante (6 jours) / pas de machine à laver
- Un réveil (ou une montre) pour se lever le matin

Pas besoin de tentes ni de matelas : fournis par la FSCF
(si vous avez un gonfleur* de matelas, vous pouvez le prendre (*optionnel / nous en avons)