

LE TROUSSEAU

Merci de bien vouloir tenir compte de la période ainsi que la durée du regroupement.

Nécessaire quotidien :

- Tout ce qu'il faut pour vivre correctement sans importuner ses collègues de chambrée ! (trousse toilette, brosse à dents, sous-vêtements, vêtement chauds, vêtement de pluie...).
- Serviettes de bain.
- Serviettes de toilette.
- Chaussons ou claquettes pour faire respirer les pieds.

Entraînement :

- Vêtement de pluie.
- Vêtement de rechange.
- Vêtement pour la chaleur (débardeur, short).
- Pointes adaptées à la période.
- Chaussures running d'entraînement (différentes des chaussures de tous les jours).
- Chaussures multi-sports – détente.
- Gourde ou bouteille d'eau.

Vie communauté:

- **Eviter tout objet de valeur car les responsables du stage déclinent toute responsabilité en cas de perte, de vol ou détérioration.**

Règlement Intérieur du Regroupement, je DOIS :

- Participer à tous les entraînements et activités prévus par les entraîneurs.
- Etre respectueux : du centre d'accueil, de l'hôtel, des camarades, des entraîneurs.
- Ranger ma chambre tous les matins pour le bien-être de tous.
- Manger en même temps que tout le monde.
- Respecter les horaires de rendez-vous pour toutes les activités.

MINEURS : interdiction de sortir du centre sans autorisation de la part d'un entraîneur.

Les drogues, cigarettes et alcools sont formellement interdits durant toute la durée du stage, dans tous les lieux du stage et en toute circonstance.

TOUT COMPORTEMENT INADAPTE ENTRAINERA L'EXCLUSION IMMEDIATE DU STAGE A VOS FRAIS.