

TROUSSEAU SEJOUR APPN

Pour les activités sportives :

- 2 survêtements **ou** shorts **ou** leggings **ou** pantacourts
- 2 paires de basket, running dont une qui pourra être mouillée (possibilité que ce soit une vieille paire)
- chaussures de randonnée facultatives
- 5 tee-shirts pour les activités sportives
- 1 k-way ou veste isolante pour le vent et la pluie
- chapeau **ou** casquette obligatoire
- lunettes de soleil
- crème solaire obligatoire
- 4 sous vêtements pour le sport
- 5 paires de chaussettes
- 1 sweat **ou** 1 polaire

Pour les nageurs, ajouter en plus :

- 1 maillot ou short de bain à mettre sous la combinaison

Pour la vie au chalet :

- 2 pantalons **ou** 1 pantalon et 1 survêtement
- 2 pulls **ou** sweats **ou** polaires
- 3 tee shirts **ou** chemises
- les sous vêtements nécessaires (5 caleçons ou culottes)
- 5 paires de chaussettes
- 2 serviettes (1 pour les activités sportives et 1 de toilette)
- 1 trousse de toilette **avec le nécessaire**
- 1 serviette de table
- des mouchoirs en papier ou en tissus
- 1 paire de chaussons ou claquettes
- 1 paire de chaussures de ville qu'ils auront aux pieds en partant et/ou chaussures de sport
- 1 pyjama
- drap housse, drap de dessus pour un lit d'une personne et une taie de traversin (90/140)
- 1 veste si il fait frais

Divers :

- Appareil photo
- Lampe de poche
- Sac à dos
- Gourde

Médicaments :