

## **EQUIPEMENT**

La participation aux épreuves de « **BORDEAUX-SAINT-MALO** » nécessite obligatoirement pendant toute l'épreuve le port des numéros de dossard et l'installation de la plaque de cadre sur votre vélo.

Pour participer à « **BORDEAUX-SAINT-MALO** », vous devez disposer d'un équipement obligatoire et adapté à la pratique du cyclisme ultra longue distance.

Il est important de noter qu'il ne s'agit ici que d'un minimum vital que chaque participant doit adapter en fonction de ses propres capacités. Il est en particulier important de ne pas choisir le matériel le plus léger pour gagner quelques grammes, mais de choisir le matériel qui vous permettra d'assurer réellement la meilleure sécurité face aux éléments de la route et de la nature. N'oubliez pas non plus que vous pouvez adapter votre matériel selon les éléments fournis dans vos différents sacs d'allègement.

### **Matériel obligatoire, à avoir systématiquement sur soi :**

- Tracker GPS (fourni par l'organisation)
- GPS ou élément technologique permettant de suivre une trace GPX + dispositif de chargement (dynamo ou batterie externe)
- Casque rigide et homologué avec jugulaire attachée
- Gants
- 1 veste coupe-vent si possible Gore-tex permettant de faire face aux intempéries
- Vêtement de cyclisme ou gilet présentant des éléments rétroréfléchissants haute visibilité
- Lumière vélo à l'avant en parfait état de marche
- Lumière vélo à l'arrière fixe ou clignotante de couleur en parfait état de marche

- Lumière type frontale fixée sur le casque
- Le nécessaire pour réparer au moins deux crevaisons (kit avec pompe à vélo, rustine, colle, démonte pneu, chambre à air)
- Téléphone mobile fonctionnant sur le territoire français
- 1 couverture de survie
- Gourdes ou autre vous assurant une réserve liquide d'eau de 1,5 litres minimum
- Une réserve alimentaire pour tenir au moins 150km
- 1 pièce d'identité
- Carte bancaire et/ou argent liquide (euros)

**Matériel fortement recommandé :**

- Outils multi-tools
- Crème solaire, vaseline, crème anti-échauffement
- Huile de chaîne
- 4 rayons de rechange
- Clef de serrage rayon ou outil multifonction permettant de resserrer les rayons des roues
- 1 paire de patins de frein (freinage mécanique) ou 1 paire de plaquettes de frein (pour freinage disque)
- Trousse à pharmacie
- Jambières