



LA CYCLERIE

DU 21 au 28 OCTOBRE 2018



DJERBA 2018



VINGT-SEPTIÈME EDITION

## Le Pense bête

### OBLIGATOIRE

- \* Passeport en cours de validité (pour ceux qui ont un vélo
- \* ou Carte d'identité (attention pas de solution sans date valide)
- \* Casque + boussole si orientation + lampe frontale pour retour tardif + un duvet pour le bivouac.
- \* Votre licence ou votre certificat médical de moins de trois mois autorisant la pratique du vélo en compétition (même si vous faites la rando cool) + autorisation parentale pour les mineurs.

### N'OUBLIEZ PAS POUR VOUS...

- Des lunettes à verres filtrants
- Un petit sac à dos ou une banane pour vos petits effets personnels
- Un coupe-vent + vêtement chaud pour soirée bivouac
- Un couvre chef (casquette, bandana ou encore chapeau de paille ou béret !).

### POUR VOTRE MONTURE...

- Protégez votre vélo efficacement pour le transport. Nous suggérons un carton que vous trouverez chez votre détaillant habituel et dans lequel vous pourrez glisser des objets encombrants : chaussures, outils, casque, chambres à air, pneus, etc... Attention même si nous avons un accord pour le transport de votre vélo, son poids ne dépassera pas 15 KG sous peine de risquer le paiement d'une surtaxe.

**ATTENTION** aux vélos à assistance électrique qui sont plus lourds. Nous contacter pour + de détails.

- Prévoyez un rouleau de ruban adhésif pour refermer votre carton lors du retour.
- Durant notre déplacement sur le continent, les vélos sont transportés en camion aussi nous vous conseillons de prendre une protection en mousse pour le cadre et les manivelles (type isolation de tubes en plomberie). UNE CLE A PEDALE.
- Un nécessaire de réparation pour les crevaisons (rustines - colle) + 5 à 6 chambres à air. Les produits anti-crevaison sont les bienvenus. Un pneu triangle souple (si possible) plus facile à transporter.
- Une mini-pompe
- Du petit outillage : jeu de clés Allen et clé à pédales (elles sont démontées lors du transport en camion afin de ne pas abîmer le vélo du voisin et de prendre moins de place).
- Un dérive chaîne.
- Lubrifiant (graisse liquide ou graisse blanche).
- Un câble de dérailleur
- Un brosse pour nettoyer la chaîne (une vieille brosse à dent est très efficace).

### PENSEZ AUSSI

- A vos produits diététiques, selon vos habitudes, et à quelques barres de céréales.
- A votre maillot de bain et crème solaire (l'eau est bonne !).
- Des chaussures confortables type basket

Votre billet vous sera remis au comptoir Fram à l'aéroport.

Caroline du service Fram groupe vous expédiera votre pochette info concernant votre voyage et les horaires confirmés une semaine environ avant le départ. FRAM tel 05.62.15.18.68 .

**ATTENTION BAGAGES A MAIN : CONTROLE AEROPORT STRICT ( aérosol, liquide de plus de 100ml, pinces, canifs, lames, etc.. mise en soute IMPERATIVE )**