



Matériel nécessaire à la pratique du Canoë-kayak, Paddle et Dragon Boat :

La tenue vestimentaire doit être adaptée aux conditions météorologiques :

- **Temps humide et froid :**

Sous-vêtements de type ski de fond (collant + lycra), polaire, K-way

- **Temps chaud et ensoleillé :**

Short et T-shirt (éviter le coton)

Chapeau / casquette, lunettes de soleil et crème solaire.

- **Quel que soit le temps :**

Chaussures fermées obligatoires (chaussons néoprènes ou vieilles baskets)

Maillot de bain

Serviette

Cordon pour attacher les lunettes de vue et de soleil.

Tenue de rechange complète (dont chaussures)

Sac pour les vêtements mouillés

Gourde d'eau