



# INFORMATIONS PRATIQUES

## BALADES & RANDONNÉES

- Tenue adaptée : pantalon long, chaussures fermées
  - Bouteille d'eau
  - Lunettes de soleil
  - Crème de soleil (saison estivale)
  - Maillot de bain ou short de bain
  - Casque OBLIGATOIRE (Fournit) et les charlottes de protection
- 
- Arrivée 20 minutes avant la balade
  - Prévenir en cas d'allergie et de problème

