



CHECK-LIST D'EMBARQUEMENT

Vent d'Aventure

Pour vivre pleinement votre aventure en mer, voici les affaires à prévoir avant l'embarquement.

💡 **Important : privilégiez un sac souple.**

Documents & bagages

- ☐ Carte d'identité ou passeport

Linge de couchage

- ☐ Sac de couchage, le reste est fourni
- ☐ Bouchons anti-bruits

 *Kit literie avec alèses, draps housses, oreillers et taies d'oreillers fournis*

Toilette & hygiène

- ☐ Serviette de toilette
- ☐ Serviette de bain
- ☐ Trousse de toilette avec produits d'hygiène respectueux du milieu marin
- ☐ Crème solaire

Vêtements

- ☐ Tenues confortables pour la mer et pour les escales
- ☐ Vêtements chauds, type sous-pulls et polaires (même en été) ❄️ *En hiver : paire de bottes et un bonnet.*
- ☐ Chaussettes chaudes
- ☐ Veste coupe-vent ou veste de mer
- ☐ Pantalon de mer (basse saison et traversées)
- ☐ Maillot de bain

Chaussures & accessoires

- ☐ Chaussures propres pour le bateau (semelles blanches à privilégier)
- ☐ Sandales
- ☐ Casquette/chapeau
- ☐ Lunettes de soleil
- ☐ Lunettes ou lentilles + paire de secours

Loisirs & moments partagés

- ☐ Affaires de sport (course à pied, yoga, étirements...)
- ☐ Livres
- ☐ Musique / instruments
- ☐ Spécialités de votre région à partager

Équipement utile à bord

- ☐ Gourde
 - ☐ Lampe frontale
 - ☐ Couteau
-

Traitement médical & allergies

- ☐ Médicaments personnels en quantité suffisante
- ☐ Ordonnance associée

 Dans la mesure du possible, **informer le moniteur** de tout traitement ou allergie, ainsi que de la conduite à tenir en cas d'urgence.