

ckeck liste Triathlon

Natation

TriFonction / tenue réglementaire

Combinaison

Bonnet

Lunettes

sac plastique (pour enfiler la combi facilement)

Vélo

Chaussures de vélo

Casque

Lunettes

Course à pied

Chaussure de running

chaussettes (déconseillé)

Matériel divers

Tapis de bain/vieille serviette

Talc (pour mettre dans les chaussures)

Ceinture porte-dossard

Tenue d'échauffement et après course

Barres céréales

Épingles à nourrice

Casquette (facultatif)

sac (affaires mouillées)