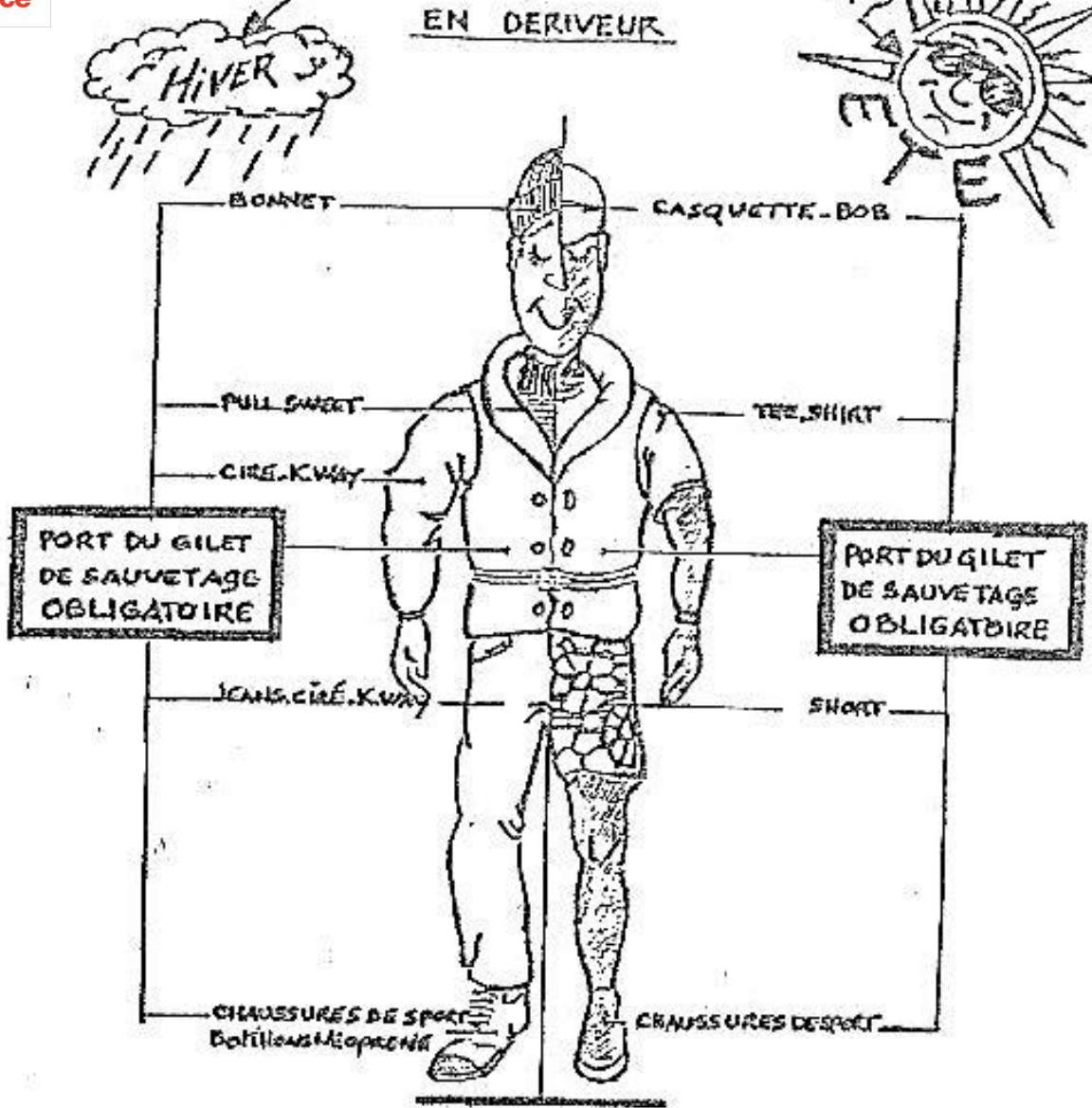


# COMMENT S'ÉQUIPER ?



## EN PLANCHE À VOÏLE

Température de l'eau < à 18°	Température de l'eau > à 18°
SHORTY NÉOPRENE	MALLOT DE BAIN + GILET DE SAUVETAGE
COMBINAISON INTÉGRALE	

## NUTRITION

Boire : de l'EAU Manger : des BARRES ENERGETIQUES, des FRUITS

## CONFORT

Prévoir des vêtements de rechange

Rue Jean Gabin 94000 CRETEIL

Tél : 01-48-98-44-56 Fax : 01-42-07-55-26

Mail : pascal.winckler@creteil.iledeloisirs.fr