

# TROUSSEAU POUR LES SURFCAMPS ADOS

## SURF

sac à dos

équipement de surf : planche, housse leash, wax (facultatif)

lycra+ 2 boardshorts ou maillots de bain, 1 legging pour les plus sensibles au soleil (facultatif)

combinaison short néoprène 1 ou 2mm (facultatif mais conseillé pour les frileux de novembre à avril)

chaussons de surf (facultatif)

serviette de plage ou poncho

crème solaire indice 50 MINÉRALE (= non toxique pour l'océan!) + stick solaire surf

lunettes de soleil

casquette ou chapeau

## AUTRES ACTIVITES

baskets + chaussettes (ballades, skate,...)

équipement de skateboard , trottinette ... et protections (facultatif)

## VIE QUOTIDIENNE

draps + taie d'oreiller

serviette de douche (différente de la serviette de plage)

trousse de toilette: brosse à dents, dentifrice, gel douche, shampoing

sous-vêtements

vêtements pour les autres activités sportives possibles (ballade à la rivière, escalade, skate, trampoline, slackline,...)

vêtements après surf (trajet retour en minibus) et pour les temps libres au surfcamp

vêtements un peu plus chauds pour les veillées : sweat, pantalon

anti-moustiques

traitements médicaux si besoin (ex: Ventoline ou autre traitement contre l'asthme) : à signaler obligatoirement au début du séjour!

## rappels concernant les surfcamps ados Ride In:

Les téléphones personnels et jeux vidéos ne seront pas autorisés pendant les surfcamps ados. Les ados seront responsables de tous les objets personnels supplémentaires qu'ils choisissent d'apporter durant le séjour (jeux,...). Ainsi, l'association Ride In ne pourra être tenue responsable en cas de perte. La communication avec les parents sera évidemment possible depuis le téléphone du surfcamp.

Afin de respecter le Droit à l'image , l'utilisation d'appareil photo/vidéo personnel est strictement interdite aux ados durant le séjour . Toutes les images des surfcamps ados seront réalisées par les encadrants. L'association s'engage à vérifier les autorisations de droit à l'image avant de transmettre les photos et vidéos aux parents par mail ou avant utilisation commerciale.

La confection des repas et goûters fait partie intégrante du séjour. L'éducation à la nutrition étant un des objectifs éducatifs des surfcamps ados Ride In, les extras type sodas, gâteaux, bonbons et chips sont à éviter ...