

PRÊT À PARTIR ?

Check-list de départ

La préparation complète avant de prendre la piste. Coche ce qui est prêt, puis ajoutes indispensables personnels.

01	DOCUMENTS ET ORGANISATION
☐	Papiers de la moto et permis
☐	Assurance et assistance vérifiées
☐	Itinéraire et étapes partagés avec un proche
☐	Météo et éventuelles restrictions vérifiées

02	MOTO ET SÉCURITÉ
☐	Pneus, pression et kit de réparation
☐	Niveaux, chaîne, freins et éclairage contrôlés
☐	Outillage adapté à la moto
☐	Trousse de premiers secours
☐	Eau et ravitaillement prévus

03	NAVIGATION ET ÉNERGIE
☐	GPX téléchargés sur le téléphone et le GPS
☐	Cartes hors ligne téléchargées
☐	Téléphone, GPS et batterie externe chargés
☐	Câbles et adaptateurs emportés

À EMPORTER

Équipement et affaires

Les petits oublis sont souvent ceux qui se font sentir le plus vite sur la route.

04	VÊTEMENTS ET AFFAIRES PERSONNELLES
☐	T-shirt(s)
☐	Sous-vêtements
☐	Chaussettes
☐	Pull ou couche chaude
☐	Tour de cou
☐	Gants imperméables ou sur-gants
☐	Vêtement de pluie
☐	Pantalon et tenue de rechange
☐	Baskets ou chaussures légères
☐	Lunettes de soleil

05	CONFORT ET BIVOUAC
☐	Tente, sardines et tapis de sol
☐	Sac de couchage et matelas
☐	Réchaud, combustible et repas
☐	Hygiène, serviette et papier toilette
☐	Crème solaire et répulsif
☐	Chargeurs et batterie de secours

06	MES AJOUTS PERSONNELS
☐	À ajouter : _____
☐	À ajouter : _____
☐	À ajouter : _____
☐	À ajouter : _____

Conseil TrailRider : prépare ton chargement puis fais un essai réel avant le départ.