

# Trail & Running

Type de matériel	Matériel	quantité	En ma possession	On m'en prête	A acheter	Où acheter
Alimentaire	Barre énergétiques					<a href="http://Irun.fr">Irun.fr</a>
Alimentaire	Boisson énergétique					<a href="http://Irun.fr">Irun.fr</a>
Alimentaire	Gels énergétiques					<a href="http://Irun.fr">Irun.fr</a>
Alimentaire	Repas lyophilisés					<a href="#">Vieux campeur</a>
Bivouac	combi de peintre					<a href="#">Leroy Merlin</a>
Bivouac	Papier toilette biodegradable					<a href="#">Amazon</a>
Bivouac	Sandales					<a href="#">Amazon</a>
Bivouac	Chargeur externe					
Bivouac / course	Frontale					<a href="http://Irun.fr">Irun.fr</a>
Bivouac / course	Surpantalon					<a href="#">Raidlight</a>
Bivouac / course	Veste Gore-Tex					<a href="http://Irun.fr">Irun.fr</a>
couchage	Bouchons d'oreille					<a href="#">Amazon</a>
couchage	Masque cache-jour					<a href="#">Amazon</a>
couchage	Matelas					<a href="#">Ekosport</a>
couchage	Sac de couchage					<a href="#">Vieux campeur</a>
course	Batterie de rechange Frontale					
Course	Casquette saharienne					<a href="http://Irun.fr">Irun.fr</a>
Course	Epingles à nourrice					
course	Lunette de soleil					<a href="http://Irun.fr">Irun.fr</a>
Course	Montre					<a href="#">Suunto 9</a>
Course	Sac à dos					<a href="#">Raidlight</a>
Course	Short					
Course	Tour de cou					
Course	T-shirt					
Course	Bâtons					
Course	calecons					<a href="http://Irun.fr">Irun.fr</a>
Course	Chaussettes					<a href="#">Thyo</a>
Course	Chaussures					<a href="#">Raidlight</a>
Course	Guêtres					<a href="#">Raidlight</a>
diner	Briquet					
Film/photo	smartphone					<a href="#">Crosscall Trekker X4</a>
Fond de sac	Aspivenin					<a href="#">Amazon</a>
Fond de sac	boussole					<a href="#">Amazon</a>
Fond de sac	Colle pour guêtre					livré avec les guêtres
Fond de sac	couteau					<a href="#">Amazon</a>
Fond de sac	couverture de survie					<a href="#">Amazon</a>
Fond de sac	miroir de signalisation					<a href="#">Amazon</a>
Fond de sac	sifflet					
M.O.	argent liquide					
M.O.	passport					
Repas bivouac	Couvercle alu					
Repas bivouac	couverts (fourchette cuillère)					<a href="#">Ekosport</a>
Repas bivouac	Esbit - pastilles combustibles					<a href="#">Amazon</a>
Repas bivouac	Popotte/ Tasse en titane					<a href="#">Amazon</a>
Repas bivouac	Réchaud					<a href="#">Amazon</a>
soin	Antiseptique cutané					<a href="#">Amazon</a>
soin	Brosse à dent et dentifrice					<a href="#">Amazon</a>
soin	Crème solaire					<a href="#">Decathlon</a>
soin	Gants de toilette					<a href="#">Amazon</a>
soin	nok					<a href="#">Amazon</a>
soin	Paire de ciseaux					<a href="#">Amazon</a>
soin	Serviette					<a href="#">Ekosport</a>