



STAGE DE FOOTBALL RCC JOGA BONITO

PRINTEMPS

TROUSSEAU

(ÉQUIPEMENTS À APPORTER OBLIGATOIREMENT)

AIDE MÉMO TECHNIQUE DE HAUT EN BAS

- Gourde (plus économique et écologique)
- K-way (selon le temps)
- Pull (selon le temps)
- Pantalon (selon le temps)
- Short (selon le temps)
- Tee shirt
- Sous corps (selon le temps)
- Protège tibias
- Chaussures à crampons moulés ou chaussures adaptées aux terrains synthétiques (stables).
- Nécessaire de toilette (shampooing, gel douche, claquettes, serviette, caleçon)
- Tenue civile propre lors du repas du midi.



Lors du 1^{er} jour
de stage

*Conseil : ne pas venir avec des chaussures neuves pour éviter d'avoir des ampoules. Sinon acheter la paire plusieurs semaines avant le début du stage pour les faire.

Info : ceux qui disposent de jeux cartes, de société etc.... n'hésitez pas à les apporter.