



TROUSSEAU OFFICIEL

PERFORMANCE BASKET ACADEMY

VÊTEMENTS & ÉQUIPEMENT SPORTIF

- 2 maillots de basket ou T-shirts de sport par jour
- 1 short de sport par jour
- 10 paires de chaussettes de sport
- 10 sous-vêtements
- 1 paire dédiée à la pratique du basket (intérieur/extérieur)
- 1 paire pour les activités extérieures
- 1 paire de chaussures de repos (claquettes, sandales ou Crocs)
- 1 survêtement
- 1 sweat-shirt ou veste chaude
- 1 sac à dos pour les activités extérieures

MONTAGNE & PROTECTION SOLAIRE

- Casquette ou chapeau
- Crème solaire indice 50 recommandée
- Stick à lèvres
- Lunettes de soleil (recommandées)
- Veste imperméable légère ou coupe-vent

TOILETTE & CONFORT

- 2 serviettes de toilette
- 1 gant de toilette
- Nécessaire de toilette complet
- 1 pyjama
- Sac pour le linge sale
- Mouchoirs en papier

LITERIE

- Les draps, couvertures, oreillers et taies d'oreiller sont fournis par l'hébergement.

PRÉVENTION DES BLESSURES

- Prévoir tout matériel personnel habituellement utilisé : straps, chevillières, genouillères, orthèses, etc.
- Les straps destinés aux usages courants ne sont pas fournis par l'organisation.

MÉDICAMENTS

- Médicaments personnels accompagnés de l'ordonnance si nécessaire.

ARGENT DE POCHE & OBJETS DE VALEUR

- Un peu d'argent de poche peut être prévu pour les sorties en centre-ville.
- Éviter d'apporter des objets de valeur (bijoux, consoles, matériel électronique coûteux, sommes importantes d'argent).
- L'association décline toute responsabilité en cas de perte, vol ou détérioration.

Un trousseau adapté est essentiel pour permettre de vivre une semaine de basket dans les meilleures conditions.

Prépare-toi à vivre une semaine 100 % basket avec PBA !