

Stand Up Paddle (SUP)

Les 8 essentiels

- | | | | |
|---|----------------------------------|---|----------------------------------|
| 1 | Planche de Stand Up Paddle (SUP) | 5 | Ailerons |
| 2 | Pagaie de paddle | 6 | Leash |
| 3 | Gilet de paddle | 7 | Sifflet de secours |
| 4 | Pompe (si SUP gonflable) | 8 | Lampe frontale ou lampe de poche |

Vêtements et chaussures

Si votre sortie SUP est par temps chaud / eau chaude : séchage rapide

- | | | | |
|--------------------------|---|--------------------------|----------|
| <input type="checkbox"/> | Lycra ou t-shirt protégeant des rayons UV | <input type="checkbox"/> | Sandales |
| <input type="checkbox"/> | Short de bain ou maillot de bain | <input type="checkbox"/> | Chapeau |

Si votre sortie SUP est par temps froid / eau froide : protection thermique

- | | | | |
|--------------------------|------------------------------|--------------------------|---------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> | Haut néoprène ou combinaison | <input type="checkbox"/> | Bonnet synthétique ou en laine |
| <input type="checkbox"/> | Gants néoprène | <input type="checkbox"/> | Chaussettes (en synthétique ou laine) |

Affaires personnelles

- | | | | |
|--------------------------|----------------------------|--------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> | Crème solaire (indice 50) | <input type="checkbox"/> | Trousse de premiers secours |
| <input type="checkbox"/> | Baume à lèvres (indice 15) | <input type="checkbox"/> | Anti-insectes |
| <input type="checkbox"/> | Lunettes de soleil | <input type="checkbox"/> | Téléphone équipé d'une coque waterproof |
| <input type="checkbox"/> | Gourde ou poche à eau | <input type="checkbox"/> | Appareil photo avec coque waterproof |
| <input type="checkbox"/> | En-cas | <input type="checkbox"/> | Serviette microfibre |

Autres accessoires recommandés

- | | | | |
|--------------------------|-----------------------------------|--------------------------|--------------------------|
| <input type="checkbox"/> | GPS | <input type="checkbox"/> | Équipement de pêche |
| <input type="checkbox"/> | Radio | <input type="checkbox"/> | Chariot de transport SUP |
| <input type="checkbox"/> | Cartes dans une enveloppe étanche | <input type="checkbox"/> | Sangle de transport SUP |
| <input type="checkbox"/> | Boussole flottante | <input type="checkbox"/> | _____ |

N.B : Notre liste pour une journée en Stand Up Paddle est volontairement très complète pour vous permettre d'adapter votre équipement, comme vous l'entendez, en fonction de l'aventure que vous entreprenez.

Des questions ? Appelez-nous au 01 48 58 30 28 ou envoyez-nous un e-mail à serviceclient@hardloop.fr

