

## Bien rouler à VTT

### Les indispensables à avoir dans son sac à dos.

#### Pour soigner sa monture.

##### *A minima*

- Une chambre à air (attention à la dimension et au type de valve).
- Une pompe à main.
- Un kit de réparation (démontes pneus, rustines et colle).
- Un outil multifonction avec dérive chaîne.
- Un maillon rapide (correspondant au nombre de vitesses de la transmission arrière).



##### *Pour les rois de la mécanique*

- Une patte de dérailleur correspondant à votre VTT.
- Un câble de dérailleur.
- Quelques colliers polyamide type rilsan.
- Du ruban adhésif.
- Un obus de valve tubeless avec l'outil de démontage.
- Du liquide préventif pour ceux qui sont en pneu tubeless.



#### Et pour soigner le pilote !!!

- De l'eau et/ou une boisson d'hydratation.
- De quoi manger, barres céréales et/ou fruits secs.
- Une mini trousse à pharmacie (désinfectant, compresses, pansements, bande, pince à épiler, ciseaux, couverture de survie...).

