

Voyage vélo Maroc 2025

My Check List

Documents officiels

- Passeport valide + carte d'identité
- Certificats/carnet de vaccinations
- Cartes/justificatifs assurances maladie et accident
- Cartes/justificatifs assurances rapatriement
- Groupe sanguin
- Permis de conduire

Documents de voyage

- Billets/cartes d'embarquement vols aller et retour
- Documents organisateurs, coordonnées guide et participants, numéros de sécurité, etc.
- Traces des routes installées ou téléchargées
- Cartes topo téléchargées pour usage offline (ex. maps.me)

Autres documents, cartes bancaires, numéraires

- Cartes de crédits
- Cash en €
- Coordonnées des cartes de crédit (image) en cas de vol/perte pour annulation
- Identification du vélo (en cas de vol)

Équipement personnel (ville)

- T-shirts, polos MC/ML, sweats
- Jeans, joggings, bermudas et pantalon court cargo
- Sous-vêtements, chaussettes
- Baskets, tongs, chaussures (fermées et/ou mocassins)
- Veste légère/blouson imperméable (soir ou pluie)
- Doudoune ou équivalent pour le soir
- Maillot de bain
- Casquettes
- Sac pour vêtements sales
- Lunettes de vue (lecture), lunettes soleil
- Effets personnels (brosse à dents, rasoir et lames, coupe-ongles, ciseaux, etc.)
- Sac à viande (drap de sac)

Équipement personnel (cycliste)

- Casque, chaussures et lunettes
- Bandanas, chaussettes, gants légers
- Cuissards, maillots en qté suffisante
- Coupes vent (1 sans manches et 1 avec manches longues)
- Veste imperméable (en cas de mauvais temps)
- Un maillot/veste manche longue (si frais ou froid)
- Bidons
- Mini sac à dos

Matériel vélo (vélo et accessoires)

- Vélo complet, avec portes-bidons, éclairage avant arrière
- Sacoche de cadre à mettre sous la barre horizontale (k-way, pompe, chambre à air, etc)..
- Mini-pompe, embouts de gonflage pour cartouche gaz (pas de cartouche dans l'avion !)
- Pochette pour documents et numéraire à mettre dans la poche arrière
- Pochette pour smartphone

Voyage vélo Maroc 2025

My Check List

- GPS Garmin et support
- Chambre à air et démonte-pneus
- Batterie de réserve pour dérailleur SRAM/chargeur
- Cadenas/anti-vol

Matériel vélo (transport, recharge et outillage)

- Sac de transport du vélo
- Pneus et chambres à air, démonte-pneus
- Clés Allen 2, 2.5, 3, 4, 5, 6, 8mm
- Outils Torx 10, 20, 25 pour tige de selle, selle, cintre, potence
- Chaîne de bonne longueur avec chainon rapide, pince pour clipper
- Plaquettes de freins
- Patte de dérailleur arrière
- Huile et graisse
- Préventif tubeless
- Kit réparation tubeless (mèches)
- Cales Shimano VTT SH-51 pour chaussures
- Garmin et chargeur

Alimentation et récupération (cycliste)

- Barres énergétiques, boisson énergétique pour bidon
- Boisson de récupération, compléments alimentaires (Vitamine C, magnésium, Sportenine)

Soins du visage et du corps

- Chaussettes de compression (à porter lors du vol et du transfert)
- Huiles de massage chauffante et rafraichissante
- Savon liquide, rasoir et mousse à raser, protection solaire et après soleil, protection lèvres

Médicaments

- Antalgiques ou fièvre : Panadol, Dafalgan, Doliprane.
- Piqûres d'insectes ou brûlures : répulsifs anti-moustiques, Fenistil, Euceta
- Blessures et irritations : Crème désinfectante et cicatrisante, pansements, etc.
- Douleurs musculaires : gel et spray
- Motilium lingual Gastrosan, immodium,

Communication et photographie

- Smartphone, tablette, et chargeurs
- Appareils photos, lecteurs de cartes et chargeurs

Divers

- Poudre/liquide pour lavage vêtements à la main, pinces à linges
- Papier hygiénique, serviettes humides
- Corde à linge, pincettes.

A acquérir sur place (optionnel)

- Cartouche de CO2 pour gonflage (interdits dans les bagages)