



Exemple de trousseau type pour une semaine en pension complète :

Merci de prévoir suffisamment de vêtements de rechange pour chaque jour (tee-shirts, polos, caleçons, slips, chaussettes)

1 survêtement

2 shorts ou 2 jupes minimum pour une semaine

1 coupe vent ou Parka

1 casquette

2 serviettes de toilette

* Pansements spécifiques ampoules

* Savon, Shampoing, dentifrice, brosse à dents, brosse à cheveux

* Crème solaire

* Crème anti-inflammatoire

* Pour les stagiaires restant 12 jours ou plus prévoir des pastilles de lessive pour machine

* *Les draps sont fournis*

* *Argent de poche : entre 15€ et 30€ par semaine*

Pour infos : Nous avons un pro-shop sur place (cordages, accessoires) tél : 06 63 21 73 78