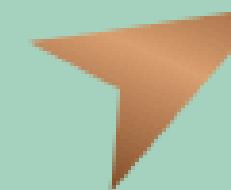


2026

M
A
T
E
R
I
E
L



SOLID' RAID, MÉDITERRANÉE



ÉDITION FÉMININE

Matériel TRAIL OBLIGATOIRE

T SHIRT (fourni)
BASKETS TRAIL

SIFFLET
EAU + RAVITAILLEMENT SOLIDE
TELEPHONE PORTABLE

COUPE VENT
GILET D'HYDRATATION

BOUSSOLE
BUFF - casquette
ECOCUP



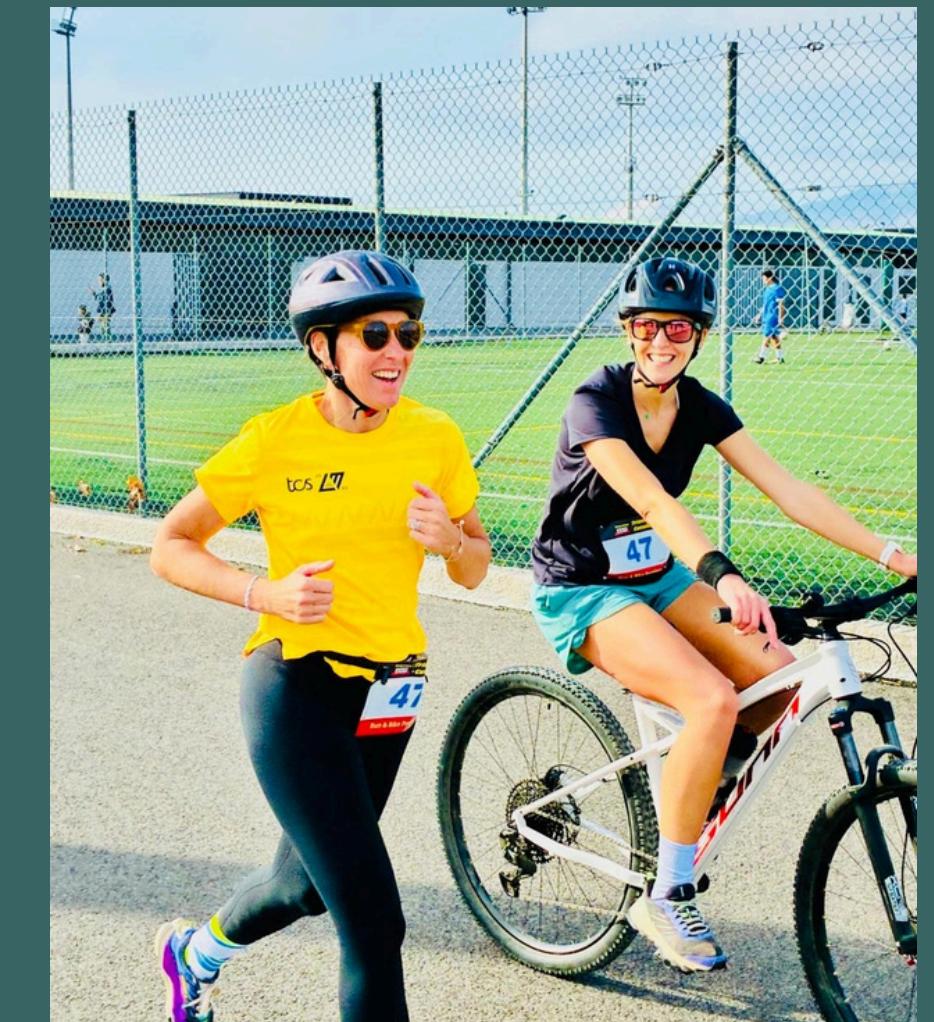
Matériel RUN & BIKE OBLIGATOIRE

**1 VTT OU VTC - 1 pour l'équipe
2 CASQUES pour l'équipe**

**T SHIRT (fourni)
BASKETS
SIFFLET**

**EAU + RAVITAILLEMENT SOLIDE
TELEPHONE PORTABLE
COUPE VENT
GILET D'HYDRATATION**

**BOUSSOLE
BUFF
ECOCUP**



**possibilité de louer 1VTT + 2 casques
Tarif préférentiel auprès de notre partenaire*



Matériel KAYAK OBLIGATOIRE

COMBINAISON COURTE
GILET SAUVETAGE (fourni)
T SHIRT (fourni)
BASKETS

SIFFLET
EAU + RAVITAILLEMENT SOLIDE

COUPE VENT
LUNETTES SOLEIL + CASQUETTE

GILET D'HYDRATATION
SAC ETANCHE- TELEPHONE PORTABLE



Matériel SWIM RUN OBLIGATOIRE

COMBINAISON (courte de préférence!)

T SHIRT (fourni)

BASKETS

SIFFLET

LUNETTES et BONNET DE NATATION

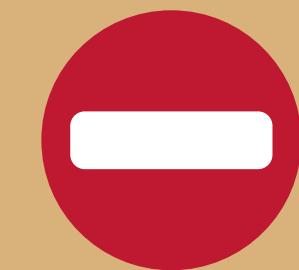
FACULTATIF: plaquettes

pull buoy

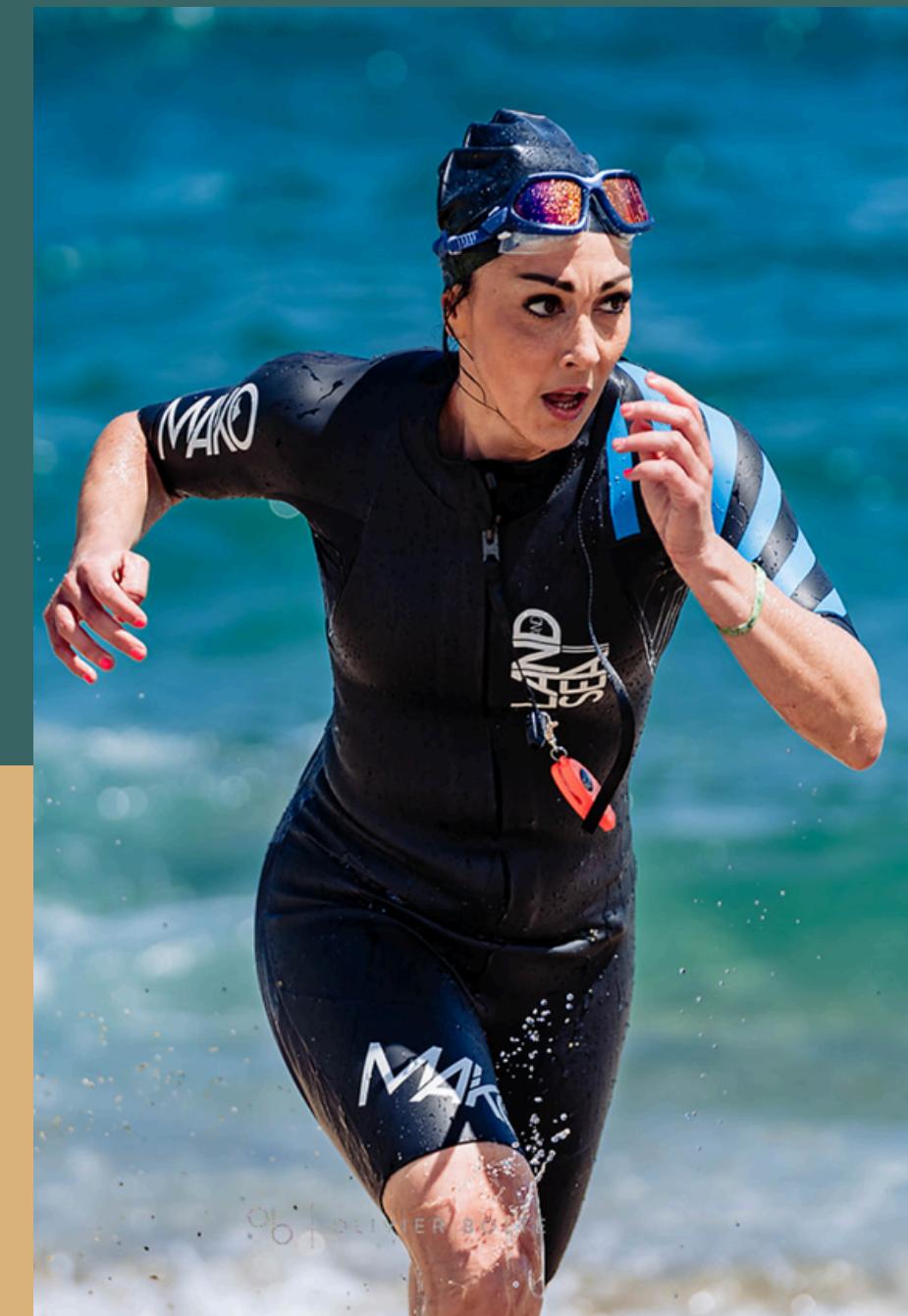
longe/ corde

FACULTATIF: (si autorisé lors du briefing)

masque et tuba



INTERDIT
palmes



**SOLID' RAID,
MÉDITERRANÉE**

 **ÉDITION FÉMININE**

Matériel supplémentaire

T SHIRT BLANC (obligatoire)

**SHORT + MAILLOT + SERVIETTE PLAGE/ PONCHO
PAIRE DE CHAUSSETTES ET BASKETS EN +**

Tongs ou claquettes

Jogging et polaire/veste chaude + imperméable

Crème anti frottements

Crème solaire

Pastilles de réhydratation et gourde (conseillé)



**SOLID' RAID,
MÉDITERRANÉE**

 **ÉDITION FÉMININE**

AUTRE MATERIEL

Fourni par l'organisation:

Puce (1 par équipe)
T shirt Solid'raideuse

Autre matériel spécifique : ex: gilet kayak...



SOLID' RAID,
MÉDITERRANÉE

 ÉDITION FÉMININE





SOLID' RAID,
MÉDITERRANÉE
EDITION FÉMININE

SOLID' RAID MÉDITERRANÉE

F E M M E S

C F K S T C T R

J O E G A B E R P B A

X G H M A I K E D K F

W L O K F K G A B

Oncoparcours
INSTITUT DU SEIN & DE GYNÉCOLOGIE