

TROUSSE D'ENTRAÎNEMENT OBLIGATOIRE - RÉCRÉATIF

Les gymnastes devront avoir leur trousse d'entraînement en leur possession à leur arrivée au gymnase à chaque entraînement, sans quoi il/elle se verra refuser l'accès au cours et devra retourner à la maison. La trousse d'entraînement se compose des éléments suivants :

Vêtements

- Chaussures d'intérieur style Gougounes – À enfiler rapidement pour les déplacements
- Maillot de gymnastique (ou vêtements sports) de rechange
- Cuissard de rechange (au besoin)
- Chaussettes ou soulier de gymnastique

Matériel d'entraînement

- Gants et poignets (si applicable)
- Petit vaporisateur d'eau (si applicable)
- Sac refermable (style Ziploc) ou plat de plastique pour y mettre la craie (Au besoin)
- Bande élastique (R2-R3 seulement)
- Corde à sauter (R2-R3 seulement)
- Serviette
- Bouteille d'eau

Accessoires

- Quelques lingettes désinfectantes
- Gel désinfectant (style Purell)
- Papiers mouchoirs
- Masques
- Brosse à cheveux et élastiques à cheveux (si applicable)