



# DANS LA WATER FAMILY JE DEMANDE LES ENDURISTES VTT/VTTAE WATER RESPONSABLES



COUPE DE  
FRANCE



## 1 ÉQUIPEMENTS

Entretien son matériel pour allonger sa durée de vie et optimiser sa performance.

Donner une nouvelle vie à ses équipements VTT (vélo, protections, vêtements).

Et aussi à ceux de la maison (électroménager, appareils électroniques)



## 2 ALIMENTATION

Pour les entraînements, la compétition et la vie de tous les jours, privilégier les produits locaux, bios, ainsi que les fruits et légumes de saison



## 3 TRANSPORTS

Mutualiser les transports pour se rendre aux entraînements et sur les compétitions.

Privilégier aussi le vélo dans la vie quotidienne pour plus de mobilité douce

## 4 PRODUITS D'ENTRETIEN

Éviter les produits toxiques en choisissant des huiles, graisses et nettoyants vélo bio et éco-responsables...  
Penser à optimiser le lavage de son vélo pour économiser l'eau



# ENSEMBLE AGISSONS À LA SOURCE



WATER FAMILY  
DU FLOCON A LA VAGUE