

MATERIAL OBLIGATORIO / MANDATORY EQUIPMENT

POR EQUIPO / FOR TEAM (*siempre en carrera / always in race*):

- Botiquín Básico / First Aid Kit (*venda, antiséptico, esparadrapo, gasas estériles, analgésicos y antiinflamatorios / bandage, antiseptic, sticking plaster, sterile gauze, painkillers and anti-inflammatories*)
- Brújula / Compass
- Funda estanca porta-mapas / Waterproof map case
- Teléfono móvil apagado y cargado con pin escrito en la parte posterior / Mobile phone switched off and charged with pin written on the back of it
- Dispositivo de seguimiento GPS Tracktherace / Tracktherace GPS tracking device (*facilitado por la organización / provided by the organisation*)

CORREDOR / RACER:

- Peto AR / AR bib
- Dorsal / Race bib (*facilitado por la organización / provided by the organisation*)
- Mochila con capacidad para llevar el material obligatorio / Backpack with capacity to carry the obligatory equipment
- Recipiente de al menos 1litro de agua / Container of at least 1litre of water
- Chaqueta cortavientos / Shell Layer Top
- Camiseta térmica manga larga / Baselayer Top
- Pantalón o malla larga / Long pants or long tights (*Puedes usar pantalones cortos con polainas, siempre y cuando toda la pierna esté cubierta/ You can use short pants with leggings if your legs are fully covered*)
- Gorro o Buff / Baselayer Head
- Silbato / Whistle
- Manta térmica / Survival Blanket
- Luz frontal con pilas-baterías de repuesto / Headlamp with batteries/extra batteries (*Obligatorio en secciones de TREKK y BTT en la noche entre las 8 pm y las 9 am/ Mandatory in TREKK and MTB sections at night between 8 pm and 9 am.*)
- Chaleco reflectante / Reflective Vest (*Obligatorio en secciones de TREKK y BTT en la noche entre las 8 pm y las 9 am/ Mandatory in TREKK and MTB sections at night between 8 pm and 9 am.*)

SECCIONES BTT / MTB SECTIONS:

- Bicicleta de montaña / Mountain Bike
- Casco BTT / Helmet
- Guantes / Gloves
- Luz trasera para BTT + Pilas de repuesto / MTB rear light + extra batteries
- Kit de herramientas de BTT / MTB tool kit (*1 por equipo / 1 per team*)

SECCIONES KAYAK / KAYAK SECTIONS:

- Kayak / Kayak (*facilitado por la organización / provided by the organisation*)
- Palas / Paddles (*facilitado por la organización, también se pueden utilizar material propio / provided by the organisation, you can also use your own equipment*)
- Chaleco seguridad / Personal Flotation Device (*facilitado por la organización, también se pueden utilizar material propio / provided by the organisation, you can also use your own equipment*)

SECCION DE RAPPEL / ROPE SECTION: (*Solo un componente del equipo realizará el Rappel / Only one member of the team will do the Rope Section*)

- Arnés escalada homologado / Certified climbing harness
- 1 Casco Escalada / 1 Climbing helmet
- 2 anillos o Bagas de anclaje de 60 cm / 2 Anchor Tape minimum 60 cm [[example](#)]
- 3 mosquetones escalada con seguro / 3 climbing carabiners with safety catches [[example](#)]
- Descensor (tipo 8) + cordino nudo machard / Descender (type 8) + machard knot rope [[example](#)]
- Guantes largos / Long gloves

ACONSEJABLE / RECOMMENDED:

- Funda estanca para el material en las pruebas acuáticas / Waterproof case for the equipment in the aquatic trials
- Gafas de sol-protección / Sunglasses-protection
- Crema solar / Sun protection cream
- Polainas o medias altas / Gaiters or high socks (*secciones de trekking / trekking sections*)