

MATERIAL OBLIGATORIO



IV OPEN RAID DOÑA MENCIA

MATERIAL OBLIGATORIO PARA CADA EQUIPO / SIEMPRE EN CARRERA

- TELÉFONO MÓVIL- Apagado, cargado de batería, siempre en carrera. La Organización anotará como Tfno. de emergencia el del capitán del equipo, participante 1. (TODAS LAS CATEGORÍAS)
- Manta térmica, una por Raider. (TODAS LAS CATEGORÍAS)
- Chaleco reflectante en categorías ELITE, ELITE SÓLO Y AVENTURA.
- Mochila con depósito de agua o similar (1 litro mínimo), una por Raider. (TODAS LAS CATEGORÍAS).
- Brújula (Como mínimo una por equipo).
- Botiquín obligatorio (uno por equipo), en su interior: 2 vendas elásticas, 2 gasas, esterilizadas, cicatrizante, esparadrapo, paracetamol, antirozaduras.
- Comida energética para la carrera (Ej. Barritas, gel energético, glucosas, sales, etc.).

NOTA: Aunque la organización facilitará un avituallamiento fijo en ZONA DE TRANSICIONES, es obligatorio llevar en carrera siempre comida y líquido.

PROHIBIDO usar cualquier tipo de aparato de navegación con sistema GPS.

CONSEJO A TENER EN CUENTA: Por condiciones climatológicas adversas, la organización podrá requerir a los participantes chaleco reflectante o ropa técnica invernal. En este caso se informará unos días antes mediante correo electrónico a cada uno de los participantes, así como en el blog y redes sociales.

A TENER EN CUENTA: La Organización se reserva el derecho y la posibilidad de agregar o retirar parte de la información publicada, dando cuenta a cada uno de los equipos inscritos. Las modificaciones podrán ser debidas a posibles directrices de la Dirección del Parque Natural de las Sierras Subbéticas, de la Consejería de Gobernación de la Junta de Andalucía o de las autoridades sanitarias.

MATERIAL OBLIGATORIO POR RAIDER Y POR CATEGORÍA EN CADA SECCION

Secciones / Pruebas	Material	Categorías
DURANTE TODA LA CARRERA	<ul style="list-style-type: none"> PINZA SPORTIDENT: Modelo "SI-10 / SIAC AIR+" NOTA IMPORTANTE: No habrá descarga intermedia, por tanto, las únicas pinzas válidas son las que aparecen en este apartado. 	Todas las CATEGORÍAS
TREKKING / CARRERA DE MONTAÑA Y ORIENTACIÓN SPRINT	<ul style="list-style-type: none"> Zapatillas de montaña. Ropa técnica (mallas, camisetas técnicas, etc.) Chubasquero-corta vientos-forro polar (En función de la meteorología). Funda porta-mapas estanco y polainas cubre piernas (aconsejable). Luz Frontal (aconsejable, no obligatoria) 	Todas las CATEGORÍAS
CICLISMO DE MONTAÑA	<ul style="list-style-type: none"> Bicicleta BTT en perfecto estado. Cámara de repuesto.* Bomba de hinchado.* Pequeño kit herramientas reparación.* Casco obligatorio homologado BTT. Portamapas (recomendable). IMPORTANTE. PROHIBIDO USO DE BICICLETAS ELÉCTRICAS. 	TODAS LAS CATEGORÍAS CON SECTOR BTT (*Válido uno por equipo)
ESCALADA (Sólo escala uno por equipo)	<ul style="list-style-type: none"> Arnés homologado (uno). Casco homologado. Válido el de bicicleta. Pies de gato para ESCALADA (Aconsejables) NOTA: La organización aporta asegurador (gri-gri). 	ELITE solo (Asegura la organización)
	<ul style="list-style-type: none"> El arnés lo aporta la organización. Casco homologado. Válido el de bicicleta. 	ELITE (Asegura la organización)
		AVVENTURA (Asegura la organización)
		PROMOCIÓN
		FAMILIAR
PATINAJE EN LÍNEA	<ul style="list-style-type: none"> Patines en línea en perfecto estado Casco, válido el de BTT. Protecciones rodillas y codos. Aconsejable: bastones de travesía. 	ELITE sólo
		ELITE (Patinan los dos)
		AVVENTURA (Solo patina uno por equipo)
TIRO CON MARCADORA	<ul style="list-style-type: none"> Lo aporta la organización. 	Todas las CATEGORÍAS
O. MEMORIA	<ul style="list-style-type: none"> No es necesario material adicional. 	Todas las CATEGORÍAS
RUN and BIKE	<ul style="list-style-type: none"> Una Bicicleta por equipo. 	PROMOCIÓN Y FAMILIAR
SKY TANDEM	<ul style="list-style-type: none"> Lo aporta la organización 	Todas las CATEGORÍAS

