



LISTA DE MATERIAL OBLIGATORIO

RESPONSABILIDADES PERSONALES Y SUPUESTOS

Cada competidor y su equipo son responsables conjuntamente por llevar su material, ropa, sustento adecuado y apropiado de acuerdo al clima, las condiciones, y las actividades del evento. Esta lista de material obligatorio NO es una lista de los únicos artículos que se deben llevar. Contiene los artículos obligatorios que cada competidor y equipo deben llevar consigo, durante momentos específicos, para cumplir con los requisitos mínimos de seguridad establecidos por el reglamento, para evitar y/o tratar ALGUNAS posibles lesiones y realizar acciones de supervivencia a corto plazo (por ejemplo, en el caso de que un integrante esté gravemente herido, en una posición inmóvil, y/o durante la noche en un clima adverso).

Se considera que los integrantes de un equipo NO se separarán durante la carrera y que se compartirán entre sí parte del material obligatorio que tienen que llevar. Definitivamente, cada competidor y equipo requerirán de equipos, ropas, y alimentos adicionales para participar en el evento.

ARTÍCULOS RECOMENDADOS

- Mochilas y contenedores para llevar agua, y/o cantimplora de agua
- Suficientes alimentos y sustento para llegar al próximo punto de suministro, incluyendo cantidades en caso de emergencia
- Calzado y ropa apropiada para condiciones extremas (incluyendo accesorios como gorros y guantes, protección para los ojos, reloj/altímetro, y ropa para actividades acuáticas como *wetsuits*)
- Bolsa secas/*drybags* para mantener secos los artículos personales y del equipo
- Mecanismos o químicos para purificar el agua para evitar enfermedades
- Medicamentos y analgésicos permitidos, medicinas terapéuticas, certificados de seguro médico, identificación sobre alergias o enfermedades, y/o protector solar
- Dinero en efectivo/tarjeta de crédito, tarjeta de identificación/pasaporte, certificados de inmigración/visa
- Kit de reparación para bicicletas (incluyendo una bomba de aire, tubos, herramientas, y repuestos)
- Artículos recomendados adicionales y de repuesto en las cajas de abastecimiento

REGLAMENTO













Los organizadores pueden realizar chequeos de material obligatorio durante la carrera y la falta de algún elemento puede resultar en penalidad o incluso en su descalificación, de acuerdo al reglamento de la carrera. Si un artículo es usado, consumido, perdido durante una sección de la carrera, tiene que ser reemplazado en la próxima zona de transición.

Se divide el material obligatorio en dos categorías: el material que el competidor y su equipo deben llevar EN TODO MOMENTO; y los artículos que deben llevar durante una DISCIPLINA específica.



**MATERIAL OBLIGATORIO EN TODO
MOMENTO PARA TODA DISCIPLINA**

AR COLOMBIA
Adventure Race 2018

MATERIAL	IMAGEN	CANTIDAD	DESCRIPCIÓN
Chaleco oficial de la competencia		1 x competidor	
Silbato		1 x competidor	
Linterna frontal y juego de baterías extras		1 x competidor	
Capa impermeable torso (chaqueta)		1 x competidor	
Capa interna torso (camiseta)		1 x competidor	Puede ser la del uniforme, pero debe ser manga larga
Capa interna piernas (leggings)		1 x competidor	Puede ser el del uniforme, piernas largas
Capa interna cabeza (gorro)		1 x competidor	Puede ser buf
Manta de supervivencia		1 x competidor	
Brújula magnética		2 x Equipo	
Cámara de fotos digital		1 x Equipo	
Teléfono celular		1 x Equipo	Batería cargada y mínimo 30 min disponibles.
Mecanismo para prender fuego		1 x Equipo	

Cuchillo		1 x Equipo	Mínimo 5cm la hoja
Información de la ruta y mapas		1 x Equipo	Suministrado por la organización
Botiquín		1 x Equipo	
Luz intermitente,estroboscópica		1 x Equipo	
Tracker		1 x Equipo	Suministrado por la organización

		MATERIAL OBLIGATORIO PARA LA DISCIPLINA DE BICICLETA DE MONTAÑA		
MATERIAL	IMAGEN	CANTIDAD	DESCRIPCIÓN	
Bicicleta de montaña		1 x competidor		
Casco		1 x competidor		
Luz frontal		1 x competidor		
Luz trasera		1 x competidor		

	MATERIAL OBLIGATORIO PARA LA DISCIPLINA DE REMO		
MATERIAL	IMAGEN	CANTIDAD	DESCRIPCIÓN
Chaleco salvavidas		1 x competidor	No de fabricación cacera.
Silbato		1 x competidor	Atado al chaleco
Remo		1 x competidor	
Casco		1 x competidor	
Kayak		2 x Equipo	Suministrado por la organización
Throw bag		1 x kayak	
Luz química		1 x competidor 1 x kayak en las noches	

	MATERIAL OBLIGATORIO PARA EL BOTIQUIN		
MATERIAL	IMAGEN	CANTIDAD	DESCRIPCIÓN
Venda Elástica		1 x equipo	
Venda triangular		1 x equipo	
Apositos para heridas		5 x equipo	
Cinta quirúrgica		1 x equipo	
Antihistamí-nicos (Fuertes)		4 x equipo	

Artículos recomendados – Se recomienda los siguientes artículos adicionales para el botiquín: analgésicos (como Paracetamol, acetaminofén), pastillas anti-inflamatorias (como Ibuprofeno), suero oral, anti-diarreico, soluciones/cremas desinfectantes y antisépticas, tratamiento para ampollas, escudo facial para reanimación cardiopulmonar, y guantes estériles.

	MATERIAL OBLIGATORIO PARA LA DISCIPLINA DE CUERDAS		
MATERIAL	IMAGEN	CANTIDAD	DESCRIPCIÓN
Arnés de escalada		1 x competidor	
Casco		1 x competidor	
Cinta cosida de 2 metros de largo		1 x competidor	
Par de guantes de cuero		1 x competidor	
Descendedor (ocho o ATC)		1 x competidor	
Cordino para prusik		1 x competidor	