

# LISTA DE EQUIPAMENTOS OBRIGATÓRIOS

## Equipamentos Obrigatórios por Atleta

- 1 apito
- 1 bicicleta
- 1 capacete
- 1 colete salva-vidas\*
- 1 lanterna (preferencialmente de cabeça)\*
- 1 luz dianteira para a bike\*
- 1 luz traseira para a bike\*
- 1 manta térmica (cobertor de sobrevivência)\*

\* SOMENTE PARA CATEGORIA EXPEDIÇÃO E AVENTURA

## Equipamentos Obrigatórios por Equipe

- 1 bússola (categoria aventura) e 2 bússolas (categoria expedição)
  - 1 faca ou canivete\*
  - 1 kit fogo protegido da água (20 fósforos ou 2 isqueiros)\*
  - 1 kit primeiros socorros (4 gazes, 2m de esparadrapo, 30ml de protetor solar, 20g de sal, 30ml de álcool ou anti-séptico)
  - 1 kit purificador de água (10 comprimidos ou 30 ml)\*
- Equipes com embarcações próprias (ducks- CAIAQUE INFLÁVEL) devem informar a organização antecipadamente

## Equipamentos Recomendados

- Altímetro;
- anorak ou corta-vento;
- dinheiro;
- kit mapa (caneta marca-texto, papel contact para plastificação, régua, tesoura);
- luvas (mountain bike);
- saco estanque (proteção contra água);
- sinalizador fumígeno laranja (acionamento de resgate durante o dia).

## Equipamentos Proibidos

GPS (ou outros equipamentos eletrônicos de navegação); contadores de passo; cartas, mapas e fotos aéreas não fornecidos pela organização; armas; equipamentos de visão noturna.

## Equipamentos Restritos

Smartphones: SOMENTE CATEGORIA INICIANTE E PAIS E FILHOS