

Povinná výbava

+ BATOH NEBO LEDVINKA
POJMOUCÍ CELÉ VYBAVENÍ

+ ZÁSoba TEKUTIN
VODA / IONTOVÝ NÁPOJ
MINIMÁLNĚ 0,5L

+ FÓLIE NRC MIN. 2 X 1,4 M

+ SMARTPHONE SE ZAPNUTÝM
ROAMINGEM, S APLIKACÍ
MAPY A ZÁCHRANKA

+ NEPROMOKAVÁ
BUNDA S KAPUCÍ

+ HOTOVOST 50 PLN A 10 EUR

+ ELASTICKÝ OBVAZ
MIN. 100 X 6 CM

+ PÍŠŤALKA

+ STARTOVNÍ ČÍSLO
OD POŘADATELE PŘIPEVNĚNÉ
NA VIDITELNÉM MÍSTĚ

+ KUBEK NEBO TERMOS

+ OBČANSKÝ PRŮKAZ NEBO PAS

+ POŽADOVANÁ POJIŠŤOVACÍ
SMLOUVA NA ÚRAZOVÉ
POJIŠTĚNÍ

Doporučené vybavení

+ HODINKY S NAČTENOU
TRASOU GPX

+ SLUNEČNÍ BRÝLE

+ ČEPICE NEBO ŠÁLA S UV
OCHRANOU

+ ZÁSoba JÍDLA (GELE,
ENERGETICKÉ TYČINKY) MIN.
600 KCAL