

# Povinné Vybavenie

+ BATOH NEBO BEDERNÍ TAŠKA  
NA VEŠKERÉ VYBAVENÍ

+ ZÁSoba TEKUTIN VODA /  
IZOTONIK MIN. 0,25L

+ FÓLIE NRC  
MINIMÁLNE 2 X 1,4 M

+ SMARTPHONE S ZAPNUTÝM  
ROAMINGEM, S APLIKACÍ  
MAPY A ZÁCHRANA

+ VĚTROVKA

+ HOTOVOST 50 PLN A 10 EUR

+ ELASTICKÝ OBINADLO  
MINIMÁLNE 100 X 6 CM

+ PÍŠŤALKA

+ STARTOVNÍ ČÍSLO  
OD POŘADATELE PŘIPEVNĚNÉ  
NA VIDITELNÉM MÍSTĚ

+ KUBEK NEBO TERMOS

+ OBČIANSKY PREUKAZ  
ALEBO PAS

+ POŽADOVANÉ POISTENIE  
NEZAMESTNANOSTI

# Doporučené vybavení

+ HODINKY S NAHRÁNÝM  
SOUBOREM GPX

+ SLNEČNÉ OKULIARE

+ ČIAPKA ALEBO ŠATKA S UV  
OCHRANOU

+ ZÁSoba JEDLA (GÉLY,  
ENERGETICKÉ TYČINKY) MIN.  
200 KCAL