

Raid ESSEC EY 2019

Matériel obligatoire et recommandé

La liste du matériel obligatoire est fournie dans le règlement de l'épreuve, la voici de nouveau afin que vous y ayez accès rapidement.

Matériel obligatoire

- Couverture de survie
- Camelback avec poche à eau
- Téléphone chargé avec poche pour le protéger de l'humidité
- Lampe frontale si vous participez à la course de Nuit
- Sac de couchage si vous dormez à l'ESSEC la nuit du vendredi (le lit est fourni)

Tenue recommandée

- Chaussures de trail
- Une paire de gants pour le VTT
- Un short cycliste pour le VTT
- Equipement contre la pluie, type coupe-vent imperméable et respirant
- Vêtements chauds
- Lunettes de vue en cas de port de lentilles de contact

Matériel supplémentaire recommandé (par équipe)

- Petite trousse de secours (spray désinfectant, sparadrap, etc.)
- Barres céréales
- Pompe à vélo
- Sifflet