

## **Raid ESSEC EY 2020**

### **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
- Sac à dos avec poche à eau
  
- Téléphone portable chargé et équipé de l'application Dotvision, avec poche pour le protéger de l'humidité
- Sac de couchage et tapis de sol pour les concurrents du Raidoutable, pour la nuit du samedi en gymnase

#### **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