

## **Equipements obligatoires pour chaque concurrent**

- 1 téléphone portable (les n° s'ils sont différents de ceux communiqués lors de l'engagement doivent être redonnés à l'organisation avant le départ),
- 2 stylos (1 par concurrent obligatoire => épreuve relais et parallèle)
- Boussole (1 par concurrent conseillé => épreuve relais et parallèle)
- Poche étanche (s'il pleut)
- 1 VTT par concurrent en état (avec compteur, porte bidon, bidon, avec matériel de réparation VTT)
- 1 casque VTT par concurrent (y compris sur épreuve Run & Bike)
- Sac à dos avec eau et barres énergétiques,
- 4 épingles à nourrice par concurrent
- Matériel de premiers secours et sifflets
- Guêtres (conseillées) ou chaussettes montantes

Nous vous demandons aussi de noter dans vos téléphones portables les n° de téléphone de l'organisation :

**Franck 06 44 87 26 70**

**Séb 06 73 88 38 68**

Il est rappelé que l'organisation mettra en place des ravitaillements (liquide et solide) mais que les concurrents doivent aussi gérer leur nourriture personnelle (allergie ...).

Un repas est proposé après le raid (prévu entre 18h30 et 19h00) et est inclus dans le prix du raid sauf pour les accompagnateurs.

**Afin de ne pas avoir de gaspillage, nous vous demandons de nous confirmer avant jeudi 24 août si vous ne restez pas au repas.**

**Prévoir vos couverts, votre assiette et votre verre**