




















		EN TODO MOMENTO DE LA CARRERA	
Nombre	Imagen	Cantidad	Descripción
Mapa		1 por equipo	Provisto por la Organización. El mapa será de material impermeable, con los PCs marcados y se entregarán por secciones. Escala: 1:50.000
Hoja de Ruta		1 por equipo	Serán entregados junto con el mapa, será de material impermeable.
Pechera		1 por corredor	Pechera oficial de ARS Cimarrones provista por la Organización. Deberá ser usada todo el tiempo y por encima de cualquier prenda.
Brújula		1 por dupla	La/s brújula/s deben tener una aguja magnética ajustada para la zona magnética de la carrera (zona 3, 4).
Celular		1 por dupla	El/los celular/es deberán estar con 100% de batería y con saldo. Será la forma de dar testimonio del paso por cada PCs
Bolsa de residuo		1 por dupla	Bolsa de residuo mediana donde deberán colocar la basura generada por el equipo, que podrán vaciarla en los ATs.
Marcador Indeleble		1 por equipo	Marcador indeleble resistente al agua.

Mochila		1 por corredor	Mochila con correas que pasen por encima de los hombros.
Silbato		1 por corredor	Sugerimos silbato sin bola interior de corcho, que funcione en condiciones húmedas.
Sistema de flotación		1 por corredor	Puede ser cualquier sistema de flotación, cámara de auto o colchoneta de piscina, que podamos ir encima de el y que no se hunda.
Chaleco Salvavidas		1 por corredor	Chaleco del tamaño del corredor. Debe estar colocado en todo momento de la/s actividades acuáticas.

		EN TODO MOMENTO DE LA DISCIPLINA MTB	
Nombre	Imagen	Cantidad	Descripción
Bicicleta MTB		1 por corredor	Bicicleta en buen estado. No se permiten bicicletas de carretera.
Casco		1 por corredor	Casco de bicicleta con certificación de seguridad apropiada.

Cámara de Repuesto		1 por corredor	Cámara de repuesto de bicicleta.
Kit de Reparación		1 por equipo	Kit que conste de: multiherramientas, corta cadena, parches, inflador y lo que consideren necesario.
Luz trasera		1 por corredor	Luz roja trasera. Debe estar en la bicicleta.

		CONTENIDO DEL BOTIQUÍN	
Nombre	Imagen	Cantidad	Descripción
Medicación Personal		La que usen	Medicación que tomen habitualmente.. Sugerimos avisar al Equipo de Socorrismo si tienen alguna patología.
Venda elástica		1 por dupla	Venda de 2 mts de largo por 7,5 cm. Se usa para aplicar presión sobre una lesión.
Gasas Estériles		2 por dupla	Sobres de gasas estériles que tengan como mínimo 7,5 cm x 7,5 cm.
Cinta adhesiva		1 por dupla	Cinta quirúrgica o tipo leuco para asegurar venda o gasa.

Antihistamínico		6 comp. por dupla	Pastillas antihistamínicas que inhiben la acción de histaminas. Se puede tomar en caso de una reacción alérgica.
Ibuprofeno		4 comp. por dupla	Sugerimos comprimidos de 600.
Sales Minerales		4 sobres por dupla	Sobres de sales rehidratantes, tipo "rehidrons". Se usa en caso de deshidratación.
Azúcar		4 sobres por dupla	
Tijera		1 por dupla	
Pinza		1 por dupla	