

Liste de matériel à prendre avec soi

Les participant-e-s peuvent emporter tout ce qu'il-elle-s jugent utile et/ou nécessaire pour la course. Nous vous conseillons de n'emporter que le minimum.

Matériel obligatoire :

- Une trousse de 1er secours
- La carte d'identité des 2 participant-e-s
- Un smartphone par équipe
- Une assiette (ou tupp) et des couverts par personne
- Un verre ou tasse (pour le café ou le thé du matin)
- Une gourde (à remplir aux fontaines)
- Un sac de couchage par personne
- Une petite tente par équipe
- Chaussures de marche ou de sport

Matériel recommandé :

- Petit matelas de camping
- Sac à dos
- Maillot de bain
- Habits minimum nécessaires
- Lunettes de soleil – crème solaire - chapeau
- Habits de pluie
- Veste chaude
- Une batterie portable (pour recharger votre téléphone)

Le matériel pour dormir (tente, sac de couchage et petit matelas uniquement) peut être pris en dehors de votre sac principal, vous n'aurez pas à le porter pendant la course. Merci de l'organiser dans un grand sac et d'y noter le nom de votre équipe, afin d'éviter les échanges et perte de matériel. Attention : ne pas prendre de grande tente familiale de camping, mais une petite tente simple à 2 ou 3 personnes maximum.