



## **MATERIEL OBLIGATOIRE**

- . Sac a dos
- . Sac de couchage
- . Lampe torche + piles
- . 10 épingles nourrice
- . Boussole
- . Lé thermique
- . Couteau
- . Briquet
- . Antiseptique
- . Sifflet
- . Petit glace de signalisation
- . Aliments équivalent en moindres des 4000 calories
- . Sels minérales
- . 2 Bâtons lumineux
- . Chapeau au équivalent
- . Lunette de soleil.

L'organisation donnera à chacun concurrent un road book et la carte du parcours.