



# PFLICHTAUSRÜSTUNG T24

## Bekleidung:

- Trailschuhe mit Profilsohle**
- Wasserdichte Jacke**
- \*Langes Oberteil oder T-Shirt und Armlinge**
- \*Lange Hose oder Beinlinge**
- \*Handschuhe und Mütze/Stirnband**

\*Die markierten Bekleidungsstücke solltest du in Klosters dabei haben - je nach Wetterprognose wird im Briefing geklärt, ob diese während des Rennens zur Pflichtausrüstung gehören.

## Ausrüstung:

- Becher/Behälter für Getränke auf der Strecke**
- Wasserbehälter mit 0,5 Liter Flüssigkeit**
- Erste Hilfe Set** (mind. elastische Binde, Pfeife, Rettungsdecke)
- Mobiltelefon** (geladen + eingespeicherte Notfallnummer)
- Streckenkarte** (gespeichert auf der Uhr oder als gedruckte Version)
- Riegel/Gel-Verpackungen beschriftet** (Startnummer)

Diese Liste beinhaltet die obligatorische Pflichtausrüstung. Die Renn- und Organisationsleitung behält sich vor, während des Briefings am Vorabend, diese Liste den Wetterverhältnissen entsprechend anzupassen.