

# NAVIGATORIA ADVENTURE RACE 2018

## KOMUNIKAT TECHNICZNY nr 1 - SPRZĘT

( Niniejszy komunikat stanowi uzupełnienie Regulaminu NAR 2018 dostępnego na stronie:  
<http://nar.navigatoria.pl/informacje/regulamin/>)

### 1. WYPOSAŻENIE UCZESTNIKÓW - informacje ogólne.

- a. Jeśli jakikolwiek sprzęt wymagany przez Organizatorów, zostanie przez zespół zagubiony lub pozostawiony w trakcie zawodów, zespół otrzyma karę czasową (określoną w Komunikacie Startowym, który zostanie opublikowany w najpóźniej na tydzień przed startem).
- b. Na całej trasie uczestnicy korzystają z własnego ekwipunku (posiadanego na starcie lub przekazanego do Stref Zmian).
- c. Wszystkie drużyny posiadać muszą obowiązkowe wyposażenie, które wymienione zostało poniżej. Sprawdzenie całego sprzętu, odbędzie się przed rozpoczęciem zawodów, może również mieć miejsce w trakcie zawodów.

### 2. WYPOSAŻENIE ZABRONIONE:

- a. jakikolwiek środek transportu inny niż zapewniany lub dozwolony przez Organizatorów na danym etapie,
- b. mapy inne niż zapewniane przez Organizatorów,
- c. urządzenia do nawigacji satelitarnej, używane jako pomoc w nawigacji (używanie urządzeń do nawigacji satelitarnej dozwolone jest jedynie w celu zapisu śladu 'tracka' oraz do pomiaru parametrów przebycia trasy, do wykorzystania po rajdzie).

### 3. WYPOSAŻENIE OBOWIĄZKOWE:

- a. Osobiste wyposażenie każdego zawodnika używane przez cały okres trwania zawodów :
  - i. nóż lub scyzoryk,
  - ii. gwizdek,
  - iii. czołówka (lub inna latarka) najlepiej z funkcją migania,
  - iv. folia NRC (min. 200 x 150 cm),
  - v. paszport lub dowód osobisty.
- b. Osobiste wyposażenie każdego zawodnika na zadania specjalne:
  - i. kask rowerowy lub wspinaczkowy.
- c. Osobiste wyposażenie każdego zawodnika na etap rolkowy:
  - i. sprawne łyżworolki lub opcjonalnie: hulajnoga, deskorolka,
  - ii. kask rowerowy lub wspinaczkowy,
  - iii. tylne czerwone światelko.
- d. Osobiste wyposażenie każdego zawodnika na etapy rowerowe:
  - i. sprawny rower (zalecany typ: MTB),

- ii. kask rowerowy lub wspinaczkowy,
  - iii. przednia lampa emitująca białe światło widoczne przynajmniej ze 150 metrów (może być czołówka),
  - iv. tylna lampa emitująca światło czerwone.
- e. Wyposażenie zespołu używane przez cały okres trwania zawodów :
- i. telefon komórkowy (numer podany przy zgłoszeniu),
  - ii. kompas lub busola,
  - iii. apteczka o zawartości:
    - 1. bandaż dziany – szt.
    - 2. bandaż elastyczny – szt. 2
    - 3. gaza jałowa – szt. 2
    - 4. zestaw leków przeciwbólowych (min. 6 sztuk)
    - 5. zestaw plastrów z opatrunkiem (min. 8 sztuk)
    - 6. rękawiczki jednorazowe
  - iv. zestaw naprawczy do roweru (tylko na etapy rowerowe) w tym obowiązkowo:
    - 1. klucze adekwatne do posiadanych rowerów
    - 2. pompka
    - 3. 2 x adekwatna dętka

#### **4. INNE WYPOSAŻENIE ZESPOŁU:**

- a. zestaw skrzyń (plecaków, toreb) na sprzęt deponowany do Stref Zmian.

#### **5. WYPOSAŻENIE ZALECANE:**

- a. ubiór odpowiedni do warunków rywalizacji, zapas ciuchów na zmianę,
- b. przynajmniej jedno zapięcie na rower - do użytku w bazie,
- c. pożywienie i płyny na czas trwania zawodów (porównaj z informacjami o świadczeniach: <http://nar.navigatoria.pl/informacje/wpisowe/> ),
- d. zapasowe baterie do latarek (zwłaszcza na trasie Masters),
- e. wodoodporny worek na etap kajakowy,
- f. karta ICE lub tym podobna informacja.