

Consigne raid blanc (Dimanche)

Général

Respect des clôtures, des propriétés privées

Vous devez être toujours à deux pour votre sécurité, le poste se fait à deux, contrôle sur certains postes.

Assistance obligatoire envers vos concurrents et vous-même

Numéros d'urgence sur la carte (ça ne passe pas partout)

Prévenir si abandon du jour et ou absence le lendemain

Passer obligatoirement par l'arrivée même si pas tous postes

Autonomie totale: pas de ravitaillement

Interdiction d'aller sur les pistes de ski en raquettes ou à pied

Matériel obligatoire

Par concurrent

Raquettes

Ski de fond (skating ou classique)

Bâtons

Lampe frontale avec ses piles en état de fonctionnement (si météo sombre)

Bonnet

Gants

Cagoule ou buff en cas de chute de neige et vent (veste avec cagoule ok)

Lunettes obligatoires pour le relief et protection vent et chute de neige

Sac à dos (portage obligatoire des raquettes et chaussures)

Couverture de survie

Boisson 1 litre

Vivre de course

Vêtement de course en hiver

Chaussures de montagne ou trail

Coupe vent

Guêtres conseillées

Par équipe

Pharmacie

Boussole

Sifflet

Téléphone portable (numéros d'urgence sur la carte)

Hautacam à ski

(Vous transportez votre sac avec raquettes et chaussures pour faire la course raquette O)

Ne pas dormir à Hautacam dans la nuit de samedi à dimanche dans vos véhicules
Souvent des vents violents et chutes de neige peuvent vous poser des problèmes de sécurité