



LOST IN
KAINUU

VARUSTELISTA

ALMOST LOST 6-8 H



LOST IN
KAINUU

JOKAISELLA JOUKKUEEN JÄSENELLÄ

- | | |
|--|--|
| ☐ 1 x Pyöräilykypärä (ehjä) | ☐ 1 x Uima-asu (käy kilpailijan oma näkemys uima-asusta) |
| ☐ _____ | ☐ _____ |
| ☐ _____ | ☐ 1 x Pakollisen varustuksen reppu* |
| ☐ 1 x Juomapullo / juomaleili tms. | ☐ Polkupyörä (suositus maastopyörä/fatbike) |

* PAKOLLISEN VARUSTUKSEN REPPU

- | | | |
|--|--|--|
| ☐ Energiaa (syötävää ja juotavaa vähintään 3-4 h osioihin) | ☐ _____ | ☐ 1 x Käsineet köysitehtäviin (voi olla samat kuin edellä) |
| ☐ 1 x Urheilukerraston paita (pakattu vesitiiviisti) | ☐ _____ | ☐ 1 x 150 litran jätesäkki (vesistö-tehtäviin tavaroiden suojausta varten) |
| ☐ _____ | ☐ 1 x Pipo (pakattu vesitiiviisti) | ☐ 1 x Avaruushuopa (häätätilanteita varten) |
| ☐ 1 x Vedenpitävä takki (pakattu vesitiiviisti) | ☐ 1 x Käsineet (pakattu vesitiiviisti) | ☐ Henkilökohtaiset lääkkeet yms. |

JOUKKUEKOHTAINEN PAKOLLINEN VARUSTUS

- | | | |
|---|---|--|
| ☐ 1 x Emit-kortti | ☐ 1 x Puukko / monitoimityökalu | ☐ Tulentekovälineet (suojaava hyvin kastumiselta!) |
| ☐ 1 x EA-pakkaus*** | ☐ 1 x Puhalluspilli (häätätilanteita varten) | ☐ Pyörän renkaan paikkausvälineet tai sisäkumi |
| ☐ 2 x Vedenpitävä karttapussi A3 (voi ostaa kisakansliasta) | ☐ 1 x Puhelin (suojaava kolhuilta ja kastumiselta, koko ajan äänet päällä!) | ☐ 1 x GPS-laite (järjestäjältä / vesitiivis pakkaus ohjeistuksen mukaan) |
| ☐ Muistinpanovälineet (lyijykynä, merkkaukseen ja kirjoituspaperia) | ☐ 1 x Varavirtalähde | ☐ _____ |

***EA-pakkaus (jossa vähintään laastaria, sideharsoa, urheiluteippiä tai vastaavaa ja puhdistusainetta tai -pyyhkeitä ja särkylääkettä)

SUOSITELTAVA VARUSTUS

- | | | |
|---|--|---|
| ☐ Energiaa (syötävää ja juotavaa vähintään 3-4 h tarpeeseen) | ☐ Suunnistuskengät tai vastaavat | ☐ Muovikasseja (märkien pyöräilykenkien suojaksi kylmällä kelillä) |
| ☐ Pyöräilykengät ja -lasit | ☐ Monitoimityökalu | ☐ Trikooasu tai märkápuku mahdollisia uintitehtäviä varten |
| ☐ Pyörän ketjun korjausvälineet (pikaliitin, ketjurasva / katkaisuväline) | ☐ Nippusiteitä, narua, irtoremmejä, rautalankaa jne. | ☐ Kompassi (kompassin käyttötaito ainakin yhdellä joukkueen jäsenistä) |
| ☐ Karttateline (pyörän ohjaustankoon) | ☐ Ilmastointiteippiä ja urheiluteippiä | ☐ Käteistä / maksukortti (seikkailun varrella voi olla elintarvikekauppoja) |
| ☐ Joukkueteltapaikan varusteet: majoite/sääsuoja, vara/vaihtovaatteet, retkikeittimet ja keittovälineet, ruoka/juoma yms. (joukkueet jättävät omatoimisesti huolto- ja leirialueelle joukkueen omalle joukkueteltapaikalle) | | |

KAINUU
ENDURANCE
EXPERIENCE