



LOST IN  
KAINUU

# VARUSTELISTA

CASUALLY LOST 3-4 H



LOST IN  
KAINUU

## JOKAISELLA JOUKKUEEN JÄSENELLÄ

- |                                                        |                                                                              |
|--------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|
| <input type="radio"/> 1 x Pyöräilykypärä (ehjä)        | <input type="radio"/> 1 x Uima-asu (käy kilpailijan oma näkemys uima-asusta) |
| <input type="radio"/> _____                            | <input type="radio"/> _____                                                  |
| <input type="radio"/> _____                            | <input type="radio"/> 1 x Pakollisen varustuksen reppu*                      |
| <input type="radio"/> 1 x Juomapullo / juomaleili tms. | <input type="radio"/> Polkupyörä (suositus maastopyörä/fatbike)              |

## \* PAKOLLISEN VARUSTUKSEN REPPU

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

## JOUKKUEKOHTAINEN PAKOLLINEN VARUSTUS

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

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

## SUOSITELTAVA VARUSTUS

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

KAINUU  
ENDURANCE  
EXPERIENCE