

Material Obligatorio para GMMB 2019

–MATERIAL OBLIGATORIO

- Dorsal oficial de la prueba, no se puede manipular ni recortar, debe ir fijado con sujeción adecuada en la parte frontal de la camiseta.
- Calzado adecuado para una prueba de esta tipología de Alta Montaña
- Manta térmica de supervivencia 140 x 200 cm.
- Chaqueta manga larga tipo membrana/transpirable/cortaviento.
- Comida/barritas, envoltorios marcados con nº de dorsal, para identificar imprudencias en el residuo envoltorio.
- Vaso PVC reutilizable de 15 cl. para avituallamientos líquidos o depósito similar. (vale el punto posterior)
- Mochila/depósito hidratación llena(1 litro)
- Silbato emergencia
- Teléfono móvil con batería cargada, y encendido, teléfonos de emergencia indicados por la organización.

–MATERIAL ACONSEJABLE

- Pantalón o mallas hasta las rodillas.
 - Camiseta térmica manga larga.
 - Gorra o tubular
 - Guantes largos
 - Gorro
 - Chaqueta manga larga tipo membrana/transpirable/cortaviento, con capucha y mínimo de 10.000 de columna de agua.
- La Organización podrá realizar controles sorpresa en cualquier punto de la carrera.

Los controles de material se podrán hacer al 100% de los corredores o aleatoriamente en cualquier punto del recorrido entre la salida y la llegada (incluidos). No llevarlo implica

la descalificación inmediata de la carrera.