

SJEKKLISTE – INDIVIDUELL KLASSE 2021

- Alt innhold i sjekklisterne er obligatorisk for hver deltager i Individuell klasse.
- Alt utstyr på listen må være i forsvarlig teknisk stand.

1. Utstyr som hver enkelt deltager må ha i pulken under løpet og ved innsjekk

- ✓ 1 stk ullundertøy, overdel
- ✓ 1 stk ullundertøy, underdel
- ✓ 1 stk mellomlag (fleece eller ull)
- ✓ 1 stk dunjakke
- ✓ 1 par varme ullsokker
- ✓ 1 par alpinbriller
- ✓ 1 stk balaklava
- ✓ 1 stk hodelykt
- ✓ 1 stk pulk med drag og treksele
- ✓ 1 stk GPS med kart som dekker hele løypa, for eksempel Topo Norway Experience, og nye lithium batteri
- ✓ 1 stk kompass
- ✓ 1 stk turkart 1:50000 "Turkart serien" Eidfjord (2677), kan f.eks. kjøpes på www.kartbutikken.no pakket i kartmappe.
Kart som er printet selv godkjennes dersom de holder samme kvalitet og inneholder de samme detaljene som kartene nevnt over.
- ✓ 1 stk liggeunderlag til vinterbruk
- ✓ 1 stk vintersovepose
- ✓ 1 stk komplett telt til vinterbruk
- ✓ 1 stk fjellduk/vindsekk (valgfri modell)
- ✓ 1 stk tau, 5 meter langt
- ✓ 1 stk kokeapparat til vinterbruk (bensinfyrt)

- ✓ 1 liter brensel til kokeapparat
- ✓ 2 stk fyrstikkesker i separat vanntett forpakning
- ✓ 1 stk kjele med lokk

- ✓ 3 liter drikke
- ✓ 4 stk frokostretter
- ✓ 4 stk lunsjretter
- ✓ 4 stk middagretter
- ✓ 1 stk termos
- ✓ 1 stk førstehjelpsutstyr
- ✓ 1 stk snøspade
- ✓ 1 stk søkestang snøskred
- ✓ 1 stk reserve skistav
- ✓ 1 stk reserve ski
- ✓ 1 par votter i reserve
- ✓ 1 stk multiverktøy
- ✓ 8 stk ekstra lithium-batteri til GPS eller powerbank som kan lade GPS'en 2 ganger
- ✓ 6 stk porsjoner frysetørket turmat (forsegles av arrangøren ved registrering)
- ✓ 2 liter forseglet nødfuel til primus (forsegles av arrangøren ved registrering)
- ✓ En pose til å samle snø i. Denne kan brukes til å samle snø til smelting i god avstand fra leiren. Dette sikrer at ingen får bensin/urin i vannet.
- ✓ Ta med mobil og penger i tilfelle du må bryte løpet og ender opp tilbake på Haukelisetter eller i Røldal.
- ✓ Minst 2 stk reserve stangledd til hver type teltstang, eller minst 2 stk spjelkeledd til hver type teltstang + tape

2. Personlig utstyr som hver deltager må ha på seg ved start (man kan velge å gå i andre klær, men alt på denne listen skal enten være på kropp eller i pulken ved start).

- ✓ 1 stk skalljakke
- ✓ 1 stk skallbukse
- ✓ 1 stk ullundertøy, overdel
- ✓ 1 stk ullundertøy, underdel
- ✓ 1 par vindvotter
- ✓ 1 par varme innervotter
- ✓ 1 stk vindtett lue
- ✓ 1 par varme ullsokker
- ✓ 1 par fjellskisko (minimum BC-binding)
- ✓ 1 par fjellski med stålkant
- ✓ 1 par fjellskistaver (små trinser ment for langrensløyper blir ikke akseptert)
- ✓ 1 stk skredsøker med minst 90% batterikapasitet