


Pflichtausrüstung COLD/BAD

Pflichtausrüstung	 SHORT/HIKE TRAIL 1 SUMMIT	 1/2 MARATHON TRAIL 1 SUMMIT	 MARATHON TRAIL 2 SUMMITS	 TRAIL ULTRA 8 SUMMITS
Trailrunning-Schuhe verboten sind Schuhe ohne grobes Profil, Barfußschuhe & barfuß!	✓	✓	✓	✓
Laufshirt & -hose	✓	✓	✓	✓
Trailrunning-Weste oder -Rucksack	✓	✓	✓	✓
Trinkbehältnis mind. 1,0 l	✓	✓	✓	✓
Trinkbecher	✓	✓	✓	✓
Lange Laufhose	✓	✓	✓	✓
Langarm Laufshirt	✓	✓	✓	✓
Wasserdichte Regenjacke mit Kapuze mind. 10.000 mm Wassersäule	✓	✓	✓	✓
Wasserdichte Regenhose mind. 10.000 mm Wassersäule	✗	✗	✓	✓
Haube/Mütze	✓	✓	✓	✓
Handschuhe	✓	✓	✓	✓
Cap	✗	✗	✗	✗
Rettungsdecke oder Biwaksack	✓	✓	✓	✓
Pfeife	✓	✓	✓	✓
Höhenprofil vom Veranstalter zur Verfügung gestellt	✓	✓	✓	✓
Mobiltelefon Notfallnummer muss gespeichert sein, aufladen nicht vergessen!	✓	✓	✓	✓
Stirnlampe inkl. Ersatzbatterien/Akkus	✗	✗	✗	✓
Persönliche Verpflegung Gels und Riegel müssen mit der eigenen Startnummer gekennzeichnet sein	✗	✓	✓	✓
Erste Hilfe Set	✓	✓	✓	✓
Ausweis	✓	✓	✓	✓