Matériel Obligatoire et conseillé Transtica 2026

EQUIPEMENT COURSE :

Chaque concurrent a obligation de porter pendant tout le temps de course le matériel obligatoire défini par l'organisation.

1) Le Matériel de sécurité obligatoire :

- Sac à dos adapté au trail ou équivalent permettant d'emporter le matériel obligatoire, avec poche à eau ou bidons d'une contenance de 1,5 litre.
- Eco Tasse.
- Lampe type frontale avec piles neuves.
- Couverture de survie.
- Sifflet.
- Casquette.
- Veste imperméable et respirante légère (type Goretex ou équivalent).

2) Trousse de secours obligatoire :

- Protection Solaire
- Bande de type Elastoplast d'une longueur mini de 2,50m, largeur 8 ou 9 cm.
- Petit Ciseau.

3) Recommandé et/ou conseillé :

- Gants fins longs et fuseau long ou guêtres pour certaines étapes.
- Sous-vêtements de rechange.
- Une montre altimètre-boussole et GPS.
- Téléphone portable
- Roadbook
- Solution Antiseptique
- Compresses, pansements, bande de gaze.
- Sparadrap.
- Vaseline.
- Double peau pour ampoule.

4) Vérifications :

Les différentes vérifications seront effectuées avant le départ de l'épreuve :
Les vérifications du matériel obligatoire seront effectuées par les commissaires de course.
À tout moment, des contrôles pourront être effectués par les commissaires de course qui sont habilités à bloquer ou à mettre hors course un concurrent qui ne leur présenterait pas le matériel de sécurité et la trousse médicale obligatoires.

5) Equipement de la journée (selon les conditions météo)

- Un tee-shirt respirant.
- Un collant long (si mauvais temps).
- Un collant court (si bonnes conditions).
- Des chaussettes de running (sans couture, anti-glissement).
- Des chaussures de trail (testées auparavant).

6) Bagages

Un sac de voyage souple par coureur, étanche de préférence, d'une contenance de 80 à 100 litres, qui sera transporté d'une étape à l'autre par nos soins.

7) Equipement Bivouac :

- Un sac de couchage
- Un matelas gonflable (idéalement auto gonflant) ***(pas de lits sur les bivouacs).***
- Des vêtements de rechange (dont vêtement chaud type polaire).
- Des chaussures aérées pour reposer et aérer vos pieds après la course.
- Sachets plastiques étanches type congélation (ziplock) pour protéger vos affaires.
- Une trousse de toilette et une serviette de bain.
- Des lacets de rechange.
- Des piles de rechange pour la frontale.
- Une aiguille et du fil.
- Répulsif pour moustiques.

Sanitaires et douche (froide) sur chaque bivouac.

8) Pharmacie individuelle :

L'équipe médicale ne saurait trop vous encourager à prendre conseil auprès d'un(e) pharmacien(ne) et de votre médecin traitant pour vous aider à constituer votre propre trousse médicale. Ces informations issues de notre expérience n'étant données qu'à titre informatif.

- Biafine.
- Sérum physiologique mono dose.
- Dosettes type éosine.
- Antalgiques, aspirine 500 mg ou paracétamol ou Ibuprofène.
- Antispasmodique.
- Ralentisseur de transit (immodium).
- Pansements coliques (smecta).
- Protecteur gastrique (type mopral).
- Antibiotique large spectre (type pyostacine) en cas d'infection.
- Vos médicaments habituels, deux semaines de traitement.

Pour limiter l'encombrement, les médicaments sont déconditionnés. Le médecin de l'organisation saura vous conseiller pour les prescriptions et la posologie.