

# 4

## XCC - XTREME CHARACTER CHALLENGE

# LISTADO DE EQUIPO

El Xtreme Character Challenge tiene requerimientos de equipo necesario, no más, ni menos. Si no posee algunos de los artículos, le exhortamos a que preste el equipo que le falta.

Su mochila debe tener un peso máximo de **35-40 libras** (esto implica el peso total: sleeping bag, carpa, comida, ropa, agua, etc). Deberá asegurarse de tener aproximadamente 2 litros de agua desde la primera noche. Van a llevar su mochila durante todo el fin de semana con ustedes, que incluye aproximadamente de 20-25 kilómetros de caminata.

**4M PROVEERA TODA LA COMIDA Y BEBIDAS NECESARIAS PARA EL EVENTO.**

**\*NO SE PERMITEN ARMAS DE FUEGO EN EL XCC BAJO NINGUNA CIRCUNSTANCIA.**

### DOCUMENTOS:

---

(en empaque contra agua)

- Identificación / Licencia de conducir.
- Carnet del seguro / documentos.
- E.C.D.E. (en caso de emergencia) teléfono de casa o contacto de la persona.

### ROPA:

---

(chequear el clima local de la ubicación del XCC y ajustar equipaje dependiendo de la temporada)

- Pantalones para caminar (preferiblemente no de lona).
- Calzoneta / Short (se van a mojar)
- Playeras de manga larga y manga corta. (no algodón)
- Suéter / chaqueta.
- Guantes, sombrero o gorra.
- Rompevientos.
- Chaqueta a prueba de lluvia o capa.
- Lentes de sol.

### ZAPATOS:

---

- Zapatos para el agua / zapatos tenis. (tienen que poderse asegurar, no sandalias)
- Botas o calzado deportivo para senderismo.
- Calcetines (se recomienda de secado rápido) – 3 pares.

### MOCHILA:

---

- Mochila (mínimo 45 litros de capacidad).
- Cobertor contra el agua para mochila o bolsa plástica grande.

### PARA DORMIR:

---

- Bolsa de dormir (Sleeping bag).
- Bolsa impermeable para guardar el sleeping o bolsa de basura grande.
- Colchoneta liviana para dormir (Sleeping pad – opcional).
- Carpa para 2 personas (portátil). Posible compartir con alguien de su equipo.

### COCINAR Y COMIDA:

---

- Taza o pocillo.
- Cuchillo, cuchara y tenedor (o spork)
- Botellas de agua reutilizables o bolsa de hidratación (2 litros).
- 4M va a proveer toda la comida / NO traer comida a menos que tenga una dieta especial por razones médicas (alergias, dieta restrictiva, etc)

### HIGIENE Y CUIDADO PERSONAL:

---

- Artículos de higiene personal (biodegradables).
- Toalla pequeña (de mano o campamento)
- Papel higiénico (biodegradable)
- Parche para ampollas.
- Aspirina / Imodium.
- Chapstick.
- Talco en polvo.
- Body Glide (prevenir ampollas).

### OTROS:

---

- Linterna (recomendada de cabeza).
- Biblia (en bolsa contra agua).
- Bastones de senderismo (Trekking poles – opcional).