

LEGENDARIOS CDMX GUÍA DE LEGENDARIOS



**TRACK AZTECA /
MEXICO**



TOP1443
Del 12 al 15 de Marzo 2026.
CDMX



TOP

BIENVENIDOS A LEGENDARIOS TRACK AZTECA

En este documento te presentaremos una guía para que tu experiencia en Legendarios sea de lo mejor. Por favor toma en cuenta que esto es lo **recomendado**.

Si tienes alguna por favor envía un correo a: trackaztecamx@gmail.com , recuerda poner como asunto **“COMENTARIOS TOP AZTECA + TU NOMBRE”**.

CONTENIDO

- ¿Cómo debe ser mi mochila?
- ¿Qué documentos debo llevar?
- ¿Qué prendas debo empacar?
- ¿Qué zapatos debo llevar?
- ¿Qué debo llevar para dormir?
- ¿Cómo cocinaré? ¿Qué debo llevar para comer?
- ¿Qué artefactos de higiene personal debo llevar?
- Otros artefactos que te serán útiles
- ¿Qué fechas debo considerar?



¿CÓMO DEBE SER MI MOCHILA?

Tu mochila debe tener como mínimo 45 litros de capacidad (preferentemente para montañismo).

El peso máximo de la mochila debe ser 13.61kg (30 libras).

Esto incluye tienda de acampar, bolsa para dormir, ropa, agua y demás.

Trae una cubierta para tu mochila impermeable. (Puede ser una bolsa para basura, un Impermeable tipo poncho o una cubierta para mochila).

Tu mochila es **individual**.

¿QUÉ DOCUMENTOS DEBO LLEVAR? ***OBLIGATORIO***

Identificación oficial (INE o pasaporte)*.

Formato de responsabilidad. Se te entregará el día de la salida en el punto de reunión y deberás firmarla el día del evento *

En caso de ser menor de edad el formato de responsabilidad deberá ser firmada por tu padre o tutor, con copia de su identificación oficial *

Datos de contacto en caso de emergencia.



¿QUÉ PRENDAS DEBO EMPACAR?

- Pantalones o short para Hiking. (Son pantalones de senderismo), ¡Por favor no traigas lona ni mezclilla! [Te sugerimos traer short de licra debajo del pantalón](#)
- Traje o short para baño
- Camisas de manga larga y/o corta (Sugerido Dry Fit)
- Sombrero o gorra
- Bandana, buff o pañuelo cubre cara (recomendado)
- Gafas de sol
- Pañuelo grande
- Chamarra ligera
- Calcetines deportivos para caminata. (Aproximadamente tres pares)

¿QUÉ ZAPATOS DEBO LLEVAR?

- Tenis de montaña o Botas de montaña
- Evita tenis deportivos, de vestir o con suela liza

¿QUÉ DEBO LLEVAR PARA DORMIR?

- Una tienda de acampar, máximo para dos personas. La tienda de acampar es
- Una bolsa para dormir (sleeping bag).
- Una cubierta impermeable para dormir (puede ser una lona o bolsa de basura)
- Manta para colocar la bolsa de dormir. (Asegúrate que sea más larga que tú).
- Aislante térmico.



¿QUÉ DEBO LLEVAR PARA COMER?

- Trae una jarra o taza de aluminio. (Asegúrate que puedas hervir agua en ella).
- Cuchara y tenedor.
- 2 Botellas de agua de 2 litros (reutilizables o equipo de hidratación).
- No traer ningún alimento ni bebidas energéticas. (A menos que tengas alguna dieta restrictiva, alergia, etc.)

¿QUÉ INSUMOS PARA HIGIENE PERSONAL DEBO LLEVAR?

Por favor toma en cuenta que todos **deben ser amigables con el medio ambiente.**

- Toalla
- Papel Toilete (papel higiénico)
- Blíster Patch (parches para ampollas)
- Aspirinas e Imodium
- Vaselina y talco
- Repelente de mosquitos e insectos
- Cacao para labios
- Bloqueador solar
- Otros artículos para tu higiene personal (Toallas húmedas y otros)

OTROS UTENCILIOS QUE TE SERÁN ÚTILES:

- Linterna (tipo minero para sujetar en la cabeza).
- Baterías extras
- Biblia obligatoria. Además, tráela en una bolsa impermeable para mantenerla seca.
- Lona de 2x2 (para refugio de emergencia).
- 5mts de cuerda plástica de 5mm (para refugio de emergencia).
- 5 bolsas ziplock
- 300gr de cal
- **Manta térmica**
- **Chaqueta impermeable**

¿QUÉ FECHAS DEBO CONSIDERAR?

El TOP 1443 de Track Azteca será del jueves 12 al domingo 15 de marzo del 2026. La cita para la salida es a las 9:00 am en el Deportivo del Sindicato De Los Electricistas: Calz. del Hueso 380, Coapa, Girasoles III, Coyoacán, 04920 Ciudad de México, CDMX

<https://maps.app.goo.gl/8JPs3H6qzyoRpLHE8>

El domingo al regreso del TOP, se llevará a cabo la Cena de Legendarios, donde participaran los nuevos integrantes legendarios.

Si algún familiar o acompañante participa, el consumo será por su cuenta.

Si tienes alguna duda o quieres comunicarte con nosotros, no dudes en hacerlo escribiéndonos a: trackaztecamx@gmail.com

¡Bienvenido!