



105 KM	ESTÀNDARD	COMPLET	COMPLET + ÀPAT CALENT	COMPLET + ÀPAT CALENT	ESTÀNDARD	COMPLET	COMPLET + ÀPAT CALENT	COMPLET	COMPLET + ÀPAT CALENT	COMPLET	COMPLET + ÀPAT CALENT
	S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7	S8	S9	S10	FINISH LINE
	Refugi Pla Estany	Refugi Comapedrosa	Coll de la Botella	Parc Central, Andorra-La-Vella	Fontverd	Refugi de L'illa	Hotel Pic Maïa	Incles	Pont Tibetà	Refugi Sorteny	Ordino
näak	Drink Mix	Drink Mix, Bars, Waffles, Purees, Gels	Drink Mix, Bars, Waffles, Purees, Gels	Drink Mix, Bars, Waffles, Purees, Gels	Drink Mix	Drink Mix, Bars, Waffles, Purees, Gels	Drink Mix, Salted Soup, Bars, Waffles, Purees, Gels	Drink Mix, Salted Soup, Bars, Waffles, Purees, Gels	Drink Mix, Salted Soup, Bars, Waffles, Purees, Gels	Drink Mix, Salted Soup, Bars, Waffles, Purees, Gels	-
KM ACUMULATS(KM)	10.9	17.5	23.6	38.6	48.2	55.2	65.8	75.2	86.5	97	108.7
DESNIVELL ACUMULAT(M)	960	1820	2150	2245	4112	4702	5302	5572	6152	6982	7002

Avituallament ESTÀNDARD (Menjar i begudes fredes)

BEGUDES: Aigua, Coca Cola, Suc de fruita

MENJAR: Plàtans, Taronges, Síndries, Trail Mix (fruits secs), gominoles, barretes de xocolata, galetes, galetes salades

Avituallament COMPLET (Menjar fred i entrepans, begudes fredes i calentes)

BEGUDES : Aigua, Coca Cola, Suc de fruita, Caldo

MENJAR : Plàtans, Taronges, Síndria, Trail Mix (Fruits secs), Xocolata, Barretes de xocolata, Galetes, Galetes Salades, Pa (de motlle i normal), Nutella, Formatge, Embotit, Tomàquet

Avituallament COMPLET + ÀPAT CALENT (Menjar fred i calent, begudes fredes i calentes)

BEGUDA: Aigua, Coca Cola, Suc de fruita, Caldo, Cafè, Te

MENJAR : Plàtans, Taronges, Síndria, Trail Mix (Frutos secs), Xocolata, Barretes de xocolata, Galetes, Galetes Salades, Pa (de motlle i normal), Nutella, Formatge, Embotit, Tomàquet

ÀPAT CALENT : Pasta o arròs amb salsa (bolonyesa, carbonara, napolitana)

PRODUCTES NAAK : Veure taula anterior