



50 KM	ESTÁNDAR	COMPLETO	ESTÁNDAR	COMPLETO	COMPLETO + COMIDA CALIENTE	ESTÁNDAR	COMPLETO + COMIDA CALIENTE
	Coll d'Ordino	Cortinada	Refugi Pla del Estany	Refugi Comapedrosa	Coll de la Botella	Sispony	Ordino - FINISH LINE
näak	Drink Mix, Bars, Purees, Gels	Drink Mix, Bars, Purees, Gels	Drink Mix, Bars, Purees, Gels	Drink Mix, Bars, Purees, Gels	Drink Mix, Bars, Purees, Gels	Drink Mix, Bars, Purees, Gels	-
KM ACUMULADOS(KM)	6.2	16.1	24.4	28.3	35.2	45.4	51.7
DESNIVEL ACUMULADO(M)	786	1178	2172	2645	3031	3119	3401

Avituallamiento ESTÁNDAR (Comida y bebidas frías)

BEBIDAS: Agua, Coca Cola, Zumo de fruta

COMIDA: Plátanos, Naranjas, Sandías, Trail Mix (frutos secos), gominolas, barritas de chocolate, galletas, galletas saladas

Avituallamiento COMPLETO (Comida fría y bocadillos, bebidas frías y calientes)

BEBIDAS : Agua, Coca Cola, Zumo de fruta, Caldo

COMIDA : Plátanos, Naranjas, Sandía, Trail Mix (Frutos secos), Chocolate, Barritas de chocolate, Galletas, Galletas Saladas, Pan (de molde y normal), Nutella, Queso, Embutido, Tomate

Avituallamiento COMPLETO + COMIDA CALIENTE (Comida fría y caliente, bebidas frías y calientes)

BEBIDA: Agua, Coca Cola, Zumo de fruta, Caldo, Café, Te

COMIDA : Plátanos, Naranjas, Sandía, Trail Mix (Frutos secos), Chocolate, Barritas de chocolate, Galletas, Galletas Saladas, Pan (de molde y normal), Nutella, Queso, Embutido, Tomate

COMIDA CALIENTE: Pasta o arroz con salsa (boloñesa, carbonara, napolitana)

PRODUCTOS NAAK Ver tabla arriba