

-Ravitaillement STANDARD (nourriture et boissons froides)

BOISSONS : Eau, Coca Cola, Jus de fruits

NOURRITURE : Bananes, Oranges, Pastèques, Trail Mix (fruits secs), Bonbons, Kit-kats, Crackers

-Ravitaillement COMPLET (Aliments froids et sandwiches, boissons froides)

BOISSONS : Eau, Eau pétillante, Coca Cola, Jus de fruits

NOURRITURE : Bananes, oranges, pastèque, melon, Trail Mix (fruits secs), raisins secs, chocolat, gélatine, Kit-kats, biscuits, barre de chocolat aux noisettes, pain (tranché ou non), nutella, fromage, charcuterie (jambon et saucisson), tomate, sel, huile

-ALIMENTS CHAUDS : Pâtes ou riz avec sauce (bolognaise, carbonara, napolitaine)

-PRODUITS NAAK : Voir le tableau

*Aux points signalés par ce symbole *, on trouve également du bouillon, du café et du thé chaud*



80 KM	COMPLET	COMPLET	COMPLET	STANDARD	COMPLET + REPAS CHAUD	STANDARD	COMPLET	STANDARD + REPAS CHAUD
	LA COMA ARCALIS 1	LA COMA ARCALIS 2	REFUGI SORTENY	BORDA DEL PIROL RANSOL*	CANILLO*	LLAC ENGOLASTERS*	PARC CENTRAL, ANDORRA-LA-VELLA*	ORDINO - FINISH LINE
näak	Drink Mix, Bars, Waffles, Gels	Drink Mix, Bars, Waffles, Gels	Drink Mix	Drink Mix, Bars, Waffles, Gels	Drink Mix	Drink Mix, Bars, Waffles, Gels	Drink Mix, Bars, Waffles, Gels	-
KM ACCUMULÉS (KM)	14.7	20.9	30.8	41	46.3	58.7	69.7	77.9
DÉNIVELÉ ACCUMULÉ (M)	1027	1549	2115	2920	3125	3355	3525	3843