



# RAVITAILLEMENTS

| PARCOURS SOFT (KM)   |              |              |             | 3              | 11                      | 19             | 24         |
|----------------------|--------------|--------------|-------------|----------------|-------------------------|----------------|------------|
| PARCOURS MEDIUM (KM) | 17           | 23           | 38          |                |                         |                | 47         |
| PARCOURS HARD (KM)   | 17           | 36           | 51          | 61             | 68                      | 75             | 80         |
|                      | 1. La Manche | 2. Rougemont | 3. Gérignoz | 4. Les Moulins | 5. Les Monts-Chevreuils | 6. Les Moulins | 7. Arrivée |
| BANANE               |              |              |             |                |                         |                |            |
| ORANGE               |              |              |             |                |                         |                |            |
| FROMAGE              |              |              |             |                |                         |                |            |
| VIANDE SÉCHÉE        |              |              |             |                |                         |                |            |
| CHOCOLAT             |              |              |             |                |                         |                |            |
| PAIN                 |              |              |             |                |                         |                |            |
| EAU                  |              |              |             |                |                         |                |            |
| BOUILLON             |              |              |             |                |                         |                |            |
| COCA                 |              |              |             |                |                         |                |            |
| THÉ                  |              |              |             |                |                         |                |            |
| SPONSER COMPETITION  |              |              |             |                |                         |                |            |
| BARRE HIGH ENEGY     |              |              |             |                |                         |                |            |
| GEL                  |              |              |             |                |                         |                |            |
| BOISSON ISOTONIC     |              |              |             |                |                         |                |            |

**ATTENTION: RESPECTEZ LES ZONES DE RAVITAILLEMENT!**  
**Il est strictement interdit de jeter des déchets hors de ces zones.**