






VERPFLEGUNGSPLAN T43 – FOOD/BEVERAGE PLAN T43

    															
Posten/post	km to go		Durchlaufzeit	Stilles Wasser still water	Iso Tea	Sponser Competition	Sponser Isotonic	Cola	Himalaya Gemüse Bouillon Himalaya vegetable Bouillon	Erdinger alkoholfreies Bier non-alcoholic beer	Bananen banana	Sponser Liquid Gels	Halbweissbrot half-white bread	Äpfel apple	
	Finish	Next Post													
Samedan/Start	43	17	08.00 Uhr												
Alp Muntatsch	(38)		08.30 - 09.20 Uhr	Brunnen											
St. Moritz (Bad)	26	13	09.30 - 12.00 Uhr												
Pontresina	13	6	11.15 - 16.10 Uhr												
Muottas Muragl	7	7	12.00 - 18.00 Uhr												
Samedan/Ziel	0		12.45 - 20.00 Uhr												
				Getränke/Drinks						Essen/Food					

*Typ der Verpflegungsposten

LIEFERANTEN

MIGROS

Cola
Kaffee
Bananen & Äpfel

Käse
Halbweissbrot
Pasta mit Tomatensauce

Schokoladenkuchen
Schokolade
Farmer Riegel

SPONSER
SPORT FOOD



Sponser Competition ORANGE
Sponser Liquid Energy PLUS Gel
Sponser High Energy Bars

ERDINGER
ALKOHOLFREI

Erdinger alkoholfreies Bier

nahrin
Tut gut. Iss gut.

Iso Tea Lemon
Himalaya Gemüse Bouillon



Power Beef Trockenfleisch
BBQ

Je nach Standort kann es Abweichungen geben.
Massgebend sind die laufspezifischen Verpflegungspläne.

Die Umwelt ist ein wichtiges Gut und dafür wollen wir uns ebenfalls einsetzen. Wir stellen bei den Verpflegungsposten genügend Abfallbehälter hin und kennzeichnen diese entsprechend. Nach dem Anlass schauen wir dafür, dass möglichst alle Materialien und Abfälle entfernt und entsorgt werden. Wir danken dir, wenn du uns dabei unterstützen kannst und die bereitgestellten Abfallbehälter benutzt.



We care about the environment and are seeking to protect it. Therefore you are kindly requested to use the provided trash bins near the provision stations to litter. After the event we are clearing up all materials and trash and thank you if you use the provided trash bins.