

# VERPFLEGUNGSPLAN K10 | FOOD/BEVERAGE PLAN K10



K10			Durchlaufzeit	Stilles Wasser Still water	Sponser Isotonic Orange	Gemüse Bouillon Vegetable bouillon	Alkoholfreies Bier non-alcoholic beer	Focus Water	Birnenbrot Special local bread
	km to go								
Davos – Start	10	5	09.30 Uhr						
Clavadel	5	5	09.45 - 11.00 Uhr						
Davos – Ziel	0		10.00 - 12.30 Uhr						

Getränke/Drinks
Essen/Food

Version vom  
1.7.2021

# LIEFERANTEN | SUPPLIERS

**MIGROS**

Bananen/*banana*  
Wassermelonen/*Watermelon*  
Coca-Cola  
TUC Cracker  
Schokolade/*Chocolate*  
Leckerli/*Cookie*



Sponser Competition Orange  
Sponser Isotonic Orange  
Sponser Liquid Energy PLUS Gel  
Sponser High Energy Bars



Power Beef Trockenfleisch  
dried beef



Brynmor Riegel/*bars*



Himalaya Gemüse Bouillon  
*vegetable bouillon*



Birnenbrot  
*special local bread*  
Alpinbrötli  
*alpine bread*



Erdinger alkoholfreies Bier  
*non-alcoholic beer*



Focus Water

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

In Zusammenarbeit mit Srina Kyburz, Ernährungsberaterin/Sportlerin.  
In collaboration with Srina Kyburz, nutritionist and athlete.



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.

Version vom  
**1.7.2021**