

エイドステーション提供物リスト(50K)

エイド名	距離	飲物①	飲物②	飲物③	食べ物①	食べ物②	食べ物③
銚子ヶ滝(ウォーターステーション)	約11km	水					
沼尻登山口(第1関門)	約20km	水	麦茶	コーラ	バナナ	オレンジ	お菓子
マウント磐梯(第2関門)	約30km	水	麦茶	コーラ	バナナ	オレンジ	お菓子
塩沢温泉スキー場(第3関門)	約38km	水	麦茶	コーラ	バナナ	オレンジ	お菓子
あだたら高原スキー場(フィニッシュ地点)	約50km	水			※豚汁		

※フィニッシュ地点の豚汁の提供箇所は受付会場になります。

**※10Kの選手にはフィニッシュ後、受付会場にて豚汁と地元のお菓子を配布予定**