

2024 OSJ KAMI100 エイドステーション 配給物リスト

エイド名	100K 1周目		100K 2周目		100K 3周目	
	74K 1周目		74K 2周目			
	37K					
	飲み物	食べ物	飲み物	食べ物	飲み物	食べ物
ハチ北高原スキー場	水 白湯 コーラ スポーツドリンク 麦茶	コロッケ おにぎり	水 白湯 コーラ スポーツドリンク 麦茶	うどん	水 白湯 コーラ スポーツドリンク 麦茶	カレー
鉢伏山林道出会	水 白湯 コーラ	お菓子	水 白湯 コーラ	お菓子	水 白湯 コーラ	お菓子
美方高原コテージ村	水 白湯 コーラ スポーツドリンク 麦茶	スープ チョコレート タブレット	水 白湯 コーラ スポーツドリンク 麦茶	スープ 塩おにぎり チョコレート タブレット	水 白湯 コーラ スポーツドリンク 麦茶	スープ 塩おにぎり チョコレート タブレット
野間峠（往復）	水 白湯 コーラ	お菓子	水 白湯 コーラ	お菓子	水 白湯 コーラ	お菓子
カラマツ並木駅（往復）	水 白湯 コーラ	お菓子	水 白湯 コーラ	お菓子	水 白湯 コーラ	お菓子
兎和野高原	水 白湯 コーラ スポーツドリンク 麦茶	オートミール入りスープ	水 白湯 コーラ スポーツドリンク 麦茶	オートミール入りスープ	水 白湯 コーラ スポーツドリンク 麦茶	オートミール入りスープ&お汁粉

※内容は変更になる場合があります。

※コーラ、スポーツドリンクはフラスコ等への補充は出来ません。