

エイドのご案内

■提供物は変更することもございますのでご了承下さい。(下記は第5回大会の内容です)

■73キロ(33キロ)地点の自然休養村エイドでは、着替え用の荷物を受け取ることができます。

■87キロ(47キロ)地点で狼煙エイドでは能登井事業組合による特製『能登井』を用意しております。

ご協力) 大塚製菓、日本製粉、大塚食品、能登井事業組合他

No	100K	60K	地 点	提 供 物 (予定)		トイレ
	0K	0K	スタート	アミノバリュー	カロリーメイト	既設
1	5K	5K	上戸付近	(エイドはなし)		仮設
2	8K	8K	見附島エイド	アミノバリュー	水、飴、チョコ バナナ	既設
3	12K	12K	上戸エイド	アミノバリュー	水、飴、チョコ	仮設
4	17K	17K	若山エイド	アミノバリュー	水、飴、チョコ	仮設
5	21K	21K	宇都山エイド	アミノバリュー	水、飴、チョコ バナナ	仮設
25	—	26K	【大谷峠エイド】	アミノバリュー	水、飴、チョコ	仮設
6	26K		上黒丸エイド	アミノバリュー	水、飴、チョコ おにぎりなど軽食	
7	30K		八太郎峠エイド	アミノバリュー	水、飴、チョコ オロナミンC	仮設
8	36K		町野エイド	アミノバリュー	水、飴、チョコ	仮設
9	38K		舟木谷峠エイド	アミノバリュー	水、飴、チョコ	
10	43K		名舟エイド	アミノバリュー	水、飴、チョコ カレーライス	既設
—	45K		★(千枚田折返)	(エイドはなし) ☆折返から先に道の駅にあり		☆
11	47K		名舟エイド	アミノバリュー	水、飴、チョコ	既設
12	52K		舟木谷峠エイド	アミノバリュー	水、飴、チョコ	
13	54K		町野エイド	アミノバリュー	水、飴、チョコ フルーツ	仮設
14	58K		★曾々木エイド	アミノバリュー	水、飴、チョコ 日本製粉さま提供パスタ	既設
15	63K		塩田村エイド	アミノバリュー	水、飴、チョコ	既設
16	69K		大谷エイド	アミノバリュー	水、飴、チョコ	
17	73K	33K	★自然休養村エイド	アミノバリュー	水、飴、チョコ 能登米の塩おにぎり、みそ汁	既設
18	76K	36K	高屋エイド	アミノバリュー	水、飴、チョコ	
19	79K	39K	椿峠エイド	アミノバリュー	水、飴、チョコ オロナミンC・フルーツ	既設
20	83K	43K	川浦エイド	アミノバリュー	水、飴、チョコ	
21	87K	47K	★狼煙エイド	アミノバリュー	水、飴、チョコ 山菜能登井・ヒーフシチュ-井	既設
22	92K	52K	寺家エイド	アミノバリュー	水、飴、チョコ とん汁	既設
23	96K	56K	★本エイド	アミノバリュー	水、飴、チョコ	仮設
24	99K	59K	正院エイド	アミノバリュー	水、飴、チョコ	
	102K	62K	ゴール	アミノバリュー	そば、じゃがいも	既設