

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丼事業組合による特製『能登丼』を用意しております。

ご協力) 大塚製薬、日本製粉、大塚食品、能登丼事業組合他

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 八太郎峠エイド 町野エイド 舟木谷峠エイド 名舟エイド ★(千枚田折返) 名舟エイド 舟木谷峠エイド 町野エイド ★曾々木エイド 塩田村エイド 大谷エイド ★自然休養村エイド 高屋エイド 椿峠エイド 川浦エイド ★狼煙エイド 寺家エイド ★本エイド 正院エイド ゴール	アミノバリュー 水、飴、チョコ おにぎりなど軽食		
7	30K		アミノバリュー 水、飴、チョコ オロナミンC	仮設	
8	36K		アミノバリュー 水、飴、チョコ	仮設	
9	38K		アミノバリュー 水、飴、チョコ		
10	43K		アミノバリュー 水、飴、チョコ カレーライス	既設	
—	45K		(エイドはなし) ☆折返から先に道の駅にあり	☆	
11	47K		アミノバリュー 水、飴、チョコ	既設	
12	52K		アミノバリュー 水、飴、チョコ		
13	54K		アミノバリュー 水、飴、チョコ フルーツ	仮設	
14	58K		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		アミノバリュー 水、飴、チョコ	既設	
16	69K		アミノバリュー 水、飴、チョコ		
17	73K	33K	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 山菜能登丼・ビーフシチュー丼	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