



Ravitaillement La Nocturne

Vous trouverez dans le tableau ci-dessous la composition des ravitaillements que vous trouverez sur le parcours.

Produit	Oustaloux	Arrivée
	Distance	5,5
Eau plate	X	X
Eau Gazeuse	X	X
Jus de fruits (orange-pomme)		
Sodas	X	X
Café thé		
Fruits frais (orange -banane)		
Fruits secs (abricots-pruneaux)	X	X
Chocolat noir		
Gâteaux pain d'épice	X	X
Biscuits salés (tuc)		
Graines (cacahuètes-amandes)		
Saucisse sèche / saucisson		
Fromage		
Pain		
Saucisse fraîche		
Pates chaudes		
Pates en salade		
Soupe légumes		
Soupe Fromage		X

Attention :

L'assistance n'est pas autorisée en dehors des endroits de ravitaillement.