

# VERPFLEGUNGSPLAN 2022



|                     | VALLADER | JAUER | LIVIGNASCO | PUTÉR | ZERNEZER | COMPETITION | LONG ENERGY | SPORT TEA | ISOTONIC | Bouillon | Wasser | Coca Cola | GELS | RIEGEL | Festnahrung |
|---------------------|----------|-------|------------|-------|----------|-------------|-------------|-----------|----------|----------|--------|-----------|------|--------|-------------|
| Scuol Start Km      | 0        |       |            |       |          | ☑           | ☑           |           |          |          | ☑      |           |      |        |             |
| Alp Champatsch Km   | 23       |       |            |       |          | ☑           | ☑           | ☑         |          | ☑        | ☑      |           | ☑    | ☑      | ☑           |
| Fuldera Km          | 34       | 0     |            |       |          | ☑           | ☑           | ☑         |          | ☑        | ☑      |           |      | ☑      | ☑           |
| Döss Radond Km      | 45       | 11    |            |       |          | ☑           | ☑           | ☑         |          | ☑        | ☑      |           | ☑    | ☑      | ☑           |
| Livigno Km          | 71       | 37    | 0          |       |          | ☑           | ☑           | ☑         |          | ☑        | ☑      |           | ☑    | ☑      | ☑           |
| Alp Chaschauna Km   | 84       | 50    | 13         |       |          | ☑           | ☑           | ☑         |          | ☑        | ☑      |           | ☑    | ☑      | ☑           |
| S-chanf Km          | 94       | 60    | 23         | 0     |          | ☑           | ☑           | ☑         |          |          | ☑      | ☑         |      |        | ☑           |
| Zernez Km           | 110      | 76    | 39         | 16    |          | ☑           | ☑           | ☑         |          | ☑        | ☑      | ☑         | ☑    | ☑      | ☑           |
| Guarda Km           | 125      | 91    | 54         | 31    | 15       | ☑           | ☑           | ☑         |          | ☑        | ☑      | ☑         | ☑    | ☑      | ☑           |
| Scuol Ziel Km       | 141      | 107   | 70         | 47    | 33       |             |             | ☑         | ☑        |          | ☑      | ☑         |      |        | ☑           |
| an allen Startorten |          |       |            |       |          | ☑           | ☑           | ☑         |          |          | ☑      |           |      |        |             |



## SPORTGETRÄNKE

Informiere dich über unsere Sportgetränke, die dir Flüssigkeit und kontinuierlich Energie liefern und bestens verträglich sind:



## GELS & RIEGEL

verschiedene Gels und Riegel je nach Posten:

## LIQUID ENERGY SALTY

Flüssig-Energie mit Salz

## LIQUID ENERGY PLUS

Flüssig-Energie mit Koffein

## HIGH ENERGY BAR

Energieriegel hochkonzentriert

## CEREAL ENERGY BAR

Getreideriegel fruchtig

## OAT PACK

Riegel basierend auf Haferflocken

## FESTNAHRUNG

je nach Posten Auswahl an: Bananen, Orangen, getrocknete Aprikosen, Brot, Linzertörtli