

## 第6回茨城 100k ウルトラマラソン in 鹿行 エイドステーション 給水・給食一覧

### 【給水】

水／ポカリスエット／コカ・コーラ／オレンジジュース

### 【給食】(予定)

エイドステーションは約5kmごとに設置しています。

その他の給食物については以下のとおりです。

スタートからの距離(目安)	内 容	ご提供
全エイドステーション	チョコレート・塩分タブレット	ザ・ロイヤルゴルフクラブ 様
10・15 km	メロンパイ	
	生クリーム大福	
20 km・GOAL	酪(乳菓)	菓心松屋 様
	飲むヨーグルト	行方市家畜衛生指導協会 様
25 km・95 km	漬物	
	ヤクルト	水戸ヤクルト販売(株) 様
30 km・90 km	干し芋	ほしいも山中 様
	ヨーグルト・牛乳	行方市家畜衛生指導協会 様
35 km	ミニパン(チョコチップスティック)	
	芋菓子	なめがたファーマーズビレッジ 様
	バナナ	(株)スミフルジャパン 様
	チョコレート	いばらきコープ生活協同組合 様
40 km	どら焼き	
45 km	バナナ	(株)スミフルジャパン 様
50 km	カステラ	
	フォー	
55 km・60 km・65 km	おにぎり	
	メロンパン	
	バナナ	(株)スミフルジャパン 様
70 km・75 km・80 km	タコ飯おにぎり	
	バナナ	(株)スミフルジャパン 様
85 km	ゼリー	いばらきコープ生活協同組合 様
	干し芋	ほしいも山中 様

### 【注意事項】

- ・給水は、基本的に紙コップでの提供となります。
- ・飲み残しが無いようご協力をお願いいたします。
- また、ゴミを捨てる際は分別のご協力をお願いいたします。