VERPFLEGUNGSPLAN

TERREX INNSBRUCK ALPINE Trailrun Festival

Versorgungsstation	KM K110	K85	K65	K42	K35	K25	K15	K7	AUSSTATTUNG WC	Dropbag (K110 & K85)	GETRÄNKE Wasser	Sportgetränk	Apfelsaft	Cola	Kaffee	Tee	Hollersaft	Molke	SPORTNAHRUNG Riegel	Gels	Gums	Traubenzucker	Salz	WARME SPEISEN Warmes Essen	Warme Gemüse Bouillon	Warme Suppe	OBST & GEMÜSE Bananen	Äpfel	Orangen	Wassermelone	Datteln	Tomaten	Salatgurken	SNACKS Laugenstangen	Wurst	Käse	Mozzarella	Feta	Oliven	Eier	gekochte Kartoffeln	Essiggurken	Studentenfutter	Salzgebäck	Kartoffelchips	Schokolade	Gummibärchen	Sojapudding	Kekse	Kuchen	SPECIAL Special VS	Handy-Ladestation
Umbrüggler Alm					29,2				■		■	■	■	■				■	■	■	■	■	■				■		■		■	■	■	■		■	■																
Höttinger Bild				34,1		19,0					■	■	■	■				■	■	■	■	■	■				■	■	■			■	■	■																				
Aspachhütte					24,0						■																																											
Kranebitten	13,2	13,2	12,9	28,2	18,6	13,1			■		■	■	■	■		■	■	■	■	■	■	■	■				■		■	■	■	■	■	■	■	■							■							■	
Birgitz	21,3	21,4	21,0	22,2	15,5	7,2			■		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■		■		■		■		■	■	■	■	■							■	■	■		■					
Axamer Lizum				11,7							■																																									
Mutterer Alm	30,1	30,1		6,7	6,7				■		■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■		■		■		■		■	■	■	■									■	■		■			■		
Telfes Luimes	38,7	38,7							■		■	■	■	■		■	■		■	■	■	■	■				■	■	■		■	■		■	■	■	■			■				■	■	■					
ÖAMTC	49,7	49,7									■																																									
Bierstindl	54,8	54,8	36,7						■	■	■	■	■	■			■		■	■	■	■	■	■			■	■	■		■	■	■	■	■	■							■	■		■			■		■
Heiligwasser	62,8										■	■	■	■				■	■	■	■	■	■				■	■	■		■	■	■	■	■	■							■	■	■	■	■				
Aldranser Alm	75,9								■		■	■	■	■		■		■	■	■	■	■	■				■		■		■	■	■	■		■	■				■			■	■		■					
Herzsee	84,9	60,2	42,1								■	■	■	■		■	■	■	■	■	■	■	■		■		■	■	■		■	■	■	■		■	■		■		■	■		■	■	■					
Hall	92,1	67,4	49,4						■		■	■	■	■			■		■	■	■	■	■				■	■	■		■	■	■	■									■			■		■			
Romediwirt	98,9	74,1	56,0				6,3		■		■	■	■	■		■	■		■	■	■	■	■			■	■	■	■		■	■	■	■		■				■			■		■					■	
7-Wege-Kreuzung							9,6				■	■	■	■			■		■	■	■	■	■				■	■	■		■	■	■	■																	
Ziel	110	85,8	67,7	42,4	35,4	25,7	17,0	7,3			■	■	■	■		■		■	■	■	■	■	■				■	■	■	■	■	■	■	■	■	■					■		■	■		■					

Änderungen vorbehalten