

第2回あやべ水源の里トレイルラン エイドメニュー

地元名物	補給食・フルーツ・おやつ系	ドリンク
------	---------------	------

※提供内容は変更する場合がございます。※各自、補給食は準備ください。

A1	A2	A3	A4	W	A5	Finish
みと広場	山田公民館	光野峠	老富	木和田林道	笠地藏	
5.1km	10.7km	22.0km	29.0km	36.5km	42.0km	15km/50km
しらく焼 /おおつき製菓舗	いなりずし /水源の里・上原・光野	炊き込みご飯 /水源の里・ひろせ	とち大福 /水源の里・老富		芋煮 /水源の里・市志	とち餅ぜんざい /水源の里・老富
フルーツポンチ	磯辺餅 /明日香食品（ご協賛品）	きゅうり漬 /水源の里・橋上の里	バナナ		バナナ	
菓子類	バナナ	菓子類	菓子類	菓子類	菓子類	
梅干 /水源の里・草壁	菓子類	梅干 /水源の里・草壁	梅干 /水源の里・草壁	梅干 /水源の里・草壁	梅干 /水源の里・草壁	
塩タブレット	梅干 /水源の里・草壁	塩タブレット	塩タブレット	塩タブレット	塩タブレット	
	塩タブレット					
コカ・コーラ	コカ・コーラ	コカ・コーラ	コカ・コーラ	コカ・コーラ	コカ・コーラ	
アクエリアス	アクエリアス	アクエリアス	アクエリアス	アクエリアス	アクエリアス	アクエリアス
オレンジ	アップル	オレンジ	アップル	オレンジ	アップル	
	麦茶	麦茶	麦茶	麦茶	麦茶	
水	水	水	水	水	水	