

## FORPLEJNING PÅ DEPOTER

### Start området – Braunstein - Deltagerne

- Vand
- Energidrik
- Kaffe / The
- Drikke Yoghurt
- Mulighed for opbevaring af rygsæk hvis der er tydeligt navn og startnummer påsat.
- Mulighed for mekanikerhjælp kun i start området

### Sjælland 220 – mobildepot ved Tystrup Bavelse efter 75 km

- Vand
- Energidrik
- Müslibar
- Coca Cola
- Drikke Yoghurt
- Bananer
- Der er en cykelpumpe på depotet – ingen reservedele

### TøseRunden efter 32 km og Sjælland 137 efter 53 km depot ved Rønnede Hallen

- Vand
- Energidrik
- Müslibar
- Coca Cola
- Drikke Yoghurt
- Bananer
- Der er en cykelpumpe på depotet – ingen reservedele

### TøseRunden efter 61 km, Sjælland 137 efter 81 km, Sjælland 220 efter 169 km - depot ved Spjellerup Friskole

- Vand
- Energidrik
- Kaffe /The
- Müslibar
- Coca Cola
- Drikke Yoghurt
- Bananer
- Rugbrøds Sandwich med skinke
- Rugbrøds Sandwich med Nutella
- Der er en cykelpumpe på depotet – ingen reservedele

### TøseRunden efter 82 km, Sjælland 137 efter 104 km, Sjælland 220 efter 190 km - depot ved Stevns Fyr

- Vand
- Energidrik
- Müslibar
- Coca Cola
- Drikke Yoghurt
- Bananer
- Appelsiner
- Der er en cykelpumpe på depotet – ingen reservedele

### Mål området – Pakhuset Braunstein

Løbsmedalje og kupon til pasta med kylling, en Braunstein fadøl eller sodavand og musik.