

第1回 鶴ヶ島100キロウオーク チェックポイントのエイド内容
※エイド内容は都合により変更になる場合があります

【第1 CP】

- ◇ 日高市役所 エイド (9.88Km)
水、スポーツドリンク、飴(氷砂糖)、チョコレート、梅干

【第2 CP】

- ◇ 越生町役場 エイド (18.66Km)
水、スポーツドリンク、飴(ハッカ)、塩羊羹、梅干

【第3 CP】

- ◇ 毛呂山町役場 エイド (24.28Km)
水、スポーツドリンク、飴(氷砂糖)、チョコレート、バナナ、梅干

【第4 CP】

- ◇ 坂戸市役所 エイド (38.56Km)
水、スポーツドリンク、飴(ハッカ)、塩羊羹、おにぎり、お茶・麦茶、梅干

【第5 CP】

- ◇ 川島町役場 エイド (56.99Km)
水、スポーツドリンク、飴(氷砂糖)、チョコレート、いなり寿司、バナナ、梅干

【第6 CP】

- ◇ 川越市役所 エイド (77.05Km)
水、スポーツドリンク、飴(ハッカ)、塩羊羹、おにぎり、お茶・麦茶、梅干

【第7 CP】

- ◇ 鶴ヶ島市役所 エイド (97.34Km)
水、スポーツドリンク、飴(氷砂糖)、チョコレート、薄皮パン、梅干