



# Composició avituallaments 2019

## Solidaritrail

a títol indicatiu

Avituallaments	Avituallamientos	Ravitaillements	Refreshment points	Planes de Sornàs	
				km 6,5	km 10
Músics (ametlles/panses...)/xocolata	Frutos secos (almendras/pasas...)/chocolate	Fruits secs (amandes/raisins...)/chocolat	Dried fruits (almonds/raisins...)/chocolate	X	X
Galetes dolces/pasta de fruita/pa de mel	Galletas dulces/dulce de frutas/alajú	Gâteaux secs/pâtes de fruits/pain d'épice	Biscuits/pâtes de fruits (fruit jellies)/gingerbread	X	X
Fruita (taronges/platans/melons/síndries)	Fruta (naranjas/platanos/melones/síndries)	Fruits frais (oranges/bananes/melons/pastèques)	Fresh fruits (oranges/bananas/melon/watermelon)		X
Aigua	Agua	Eau	Water	X	X
Coca cola/isostar o powerade	Coca cola/isostar o powerade	Coca cola/isostar ou powerade	Coca cola/isostar or powerade	X	X



Per raons de sostenibilitat, no hi ha cap got als avituallaments.



Por razones de sostenibilidad, no hay ningún vaso en los avituallamientos.



Pour des raisons de protection de l'environnement, il n'y a pas de gobelets aux ravitaillements.



For reasons of environmental protection, there are no tumblers in the refreshments points.

L'organització es reserva el dret d'efectuar algunes modificacions al contingut dels avituallaments.