



INFO

HCA Marathon og ½ Marathon

- 21,097 km rundstrækning
- --- Marathon 2. omgang
- Ret til ændringer forbeholdes

DEPOT

ved ca. km 5, 10, 15, 20, osv.

- Egen forplejning
- Energidrik i farvede krus
- Kildevand i hvide krus
- Bananer fra km 15

VÆSKEDEPOT

ved ca. km 2,5 - 7,5 - 12,5 - 17,5

- Energidrik i farvede krus
- Kildevand i hvide krus

TOILET

- efter hvert depot dvs. for ca. hver 2,5 km