



RAVITAILLEMENT 1 (11KM)
PARC DU CINQUANTENAIRE

FOOD + DRINKS:

L'eau - Boisson isotonique - Sandwich - Fruit - Crackers salé - Dextro

RAVITAILLEMENT 2 (25KM)
BOITSFORT RUGBY CLUB

FOOD + DRINKS:

L'eau - Boisson isotonique - Soupe - Pain - Biscuit - Pain d'épices - Crackers salé

RAVITAILLEMENT 3 (35KM)
ATHÉNÉE ROYAL UCCLE

FOOD + DRINKS:

L'eau - Grenadine - Patês - Sultana - Bonbons au cola - Crackers salé

RAVITAILLEMENT 4 (45KM)
RSC ANDERLECHT

FOOD + DRINKS:

L'eau - Boisson isotonique - Fruit - Biscuit - Bonbons

RAVITAILLEMENT 5 (50.5KM)
195^e DE BERCHEM

FOOD + DRINKS:

L'Eau - Soda - Sultana - Koek - barre de muesli - Fruit



RAVITAILLEMENT 20KM (10.5KM)
GO ATHENEUM UNESCO KOEKELBERG

FOOD + DRINKS:

L'eau - Soda - Biscuit - Sultana - Fruit - Soupe - Sandwich