

## 給水・エイドのご案内

ポイント	第1	第2	第3	第4	第5	ハーフゴール
種目	ハーフ	ハーフ (10km)	ハーフ (10km)	ハーフ (10km)	ハーフ	ハーフ
走行距離	3.5	7.0 (3.1)	11 (7.3)	14.3 (10)	18	21.0975
場所	大堤幼稚園過ぎ (歩道)	相去地区交流 センター前	展勝地公園 S L 広場前	ハーフ：信金本店前 10km：さくら野東側	南部学校給食 センター前	競技場内
おもてなし	水 ポカリスエット 南部せんべい	水 ポカリスエット チーズケーキ	水 ポカリスエット ひとめぼれそうめん	水 ポカリスエット きたかみ牛	水 ポカリスエット かりんとう饅頭	水 ボディメンテ リンゴジュース
その他	サロンパス	サロンパス	サロンパス コールドスプレー	サロンパス コールドスプレー	サロンパス コールドスプレー	—