



エイドステーション情報



エイド	オレンジジュース	スポーツドリンク	コーラ	さんびん茶	黒糖塩まんじゅう	干し梅	黒糖	沖縄そば	紅いもつちー	各種おにぎり	チョコ	塩タブレット	パン類	果物	汁物	バナナッフル	サーターアツダギー
メイン会場		●												バナナ			
① 7.5km																	
② 10.8km		●		●									プチケーキ	みかん			
③ 12.4km																	
④ 15.3km		●	●	●		●				塩	●					●	
⑤ 18.0km							●										
⑥ 20.7km		●											●	バナナ みかん			●
⑦ 22.6km	●			●								●					
⑧ 24.2km		●					●										
⑨ 26.9km			●	●	●	●		●		ホーク卵塩 じゅーしー			プチ ケーキ		もずく スープ	●	
⑩ 30.5km		●															
⑪ 33.0km				●						塩				バナナ			
⑫ 35.5km		●					●										
⑬ 37.0km			●	●									プチ ケーキ	みかん			
⑭ 39.4km		●					●										
⑮ 43.3km										塩	●	●	●				
⑯ 44.4km		●		●			●										
⑰ 47.6km																	
⑱ 50.0km			●	●						ホーク卵塩 ぼくだんおにぎり				バナナ みかん		●	●
⑲ 52.9km							●										
⑳ 56.8km	●	●		●								●	●				
㉑ 59.8km							●										
㉒ 61.8km		●		●									プチ ケーキ				
㉓ 64.9km																	
㉔ 68.2km			●	●					●	塩 じゅーしー				みかん	もずく スープ		●
㉕ 70.9km												●					
㉖ 74.3km		●		●			●										
㉗ 77.1km			●			●							●				
㉘ 79.4km		●															
㉙ 81.5km		●		●	●					ホーク卵 塩						●	●
㊱ 86.0km		●	●				●				●			バナナ	もずく スープ		
㊲ 89.8km	●	●		●													
㊳ 91.9km		●		●				●		塩 じゅーしー			●	みかん			
㊴ 95.1km		●	●			●	●										
㊵ 97.7km		●		●													
フィニッシュ		●						●						バナナ			

※水は全てのエイドステーションにご用意してあります。

※大会当日変更になる場合がございます。



Aid Station Information

Aid Station	Orange Juice	Sports Drink	Coke	Jasmine Tea	Brown sugar salt Manju	Dried Plum	Brown sugar	Okinawa Soba	Sweet potato	Rice Ball	Chocolate	Salt Tablet	Bread	Fruit	Soup	Pineapple	Okinawa's doughnuts
START		●												Banana			
① 7.5km																	
② 10.8km		●		●									Cake	Mandarin			
③ 12.4km																	
④ 15.3km		●	●	●		●				Salt	●					●	
⑤ 18.0km							●										
⑥ 20.7km		●											●	Banana Mandarin			●
⑦ 22.6km	●			●								●					
⑧ 24.2km		●					●										
⑨ 26.9km			●	●	●	●		●		Pork/Egg			Cake		Mozuku	●	
⑩ 30.5km		●															
⑪ 33.0km				●						Salt				Banana			
⑫ 35.5km		●					●										
⑬ 37.0km			●	●									Cake	Mandarin			
⑭ 39.4km		●					●										
⑮ 43.3km										Salt	●	●	●				
⑯ 44.4km		●		●			●										
⑰ 47.6km																	
⑱ 50.0km			●	●						Pork/Egg				Banana Mandarin		●	●
⑲ 52.9km							●										
⑳ 56.8km	●	●		●								●	●				
㉑ 59.8km							●										
㉒ 61.8km		●		●									Cake				
㉓ 64.9km																	
㉔ 68.2km			●	●					●	Salt				Mandarin	Mozuku		●
㉕ 70.9km												●					
㉖ 74.3km		●		●			●										
㉗ 77.1km			●			●							●				
㉘ 79.4km		●															
㉙ 81.5km		●		●	●					Pork/Egg						●	●
㉚ 86.0km		●	●				●				●			Banana	Mozuku		
㉛ 89.8km	●	●		●													
㉜ 91.9km		●		●				●		Salt			●	Mandarin			
㉝ 95.1km		●	●			●	●										
㉞ 97.7km		●		●													
FINISH		●						●						Banana			

※Water is available at all aid stations.

※Please note that changes may occur on the day of the event.