





VERPFLEGUNG / Revitallement



Ort / Location	km	m	Kontrollschluss	Wasser	Iso	Cola	Bouillon (<10°C)	Gel	Riegel	Orangen	Bananen
Start: Gstaad	0	1'050	11:15 h								
Grund	5	1'080									
Feutersoey	7.5	1'125									
Unteres Studeli	13.7	1'572	12:15								
Seeburg	16.5	1'713									
Unteres Studeli	18.5	1'572									
Feutersoey	23.3	1'125	14:15 h								
Gsteig	27	1'184									
Reusch	31.4	1'332									
Büdemli	33.3	1'548	15:15 h								
Oldenegg	35.8	1'919									
Martisberg	37.8	2'300									
Cabane	38.8	2'485	15:15 h								
Moräne	39.8	2'729									
Gletscher	40.8	2'840									
Ziel: Glacier 3000	42	2'950									

	Start / Départ	Ziel / Arrivée	Distanz / Distance	Höhendifferenz / Dénivelé
MARATHON	1050 m.ü.M.	2950 m.ü.M.	42 km	+2757 m / -857 m