

# Les ravitaillements du 100km de la Somme 2023

Le parcours comprend 11 points de ravitaillement répartis tous les 5 kilomètres environ.

Ravitaillements	Km	Tronçon	
Stade des Spartiates	0,0		Départ
Quai St Maurice	5,1	5,1	
Camon	10,4	5,3	Demi-tour
Quai St Maurice	15,7	5,3	
Stade des Spartiates	20,8	5,1	Rencontre vélos
Ailly-sur-Somme	26,6	5,8	
Picquigny	31,9	5,3	
Yzeux	35,5	3,6	
Bourdon	39,3	3,8	
L'Étoile	44,7	5,4	
Long	49,6	4,9	
Pont-Rémy	55,0	5,4	
Epagnette (demi-tour)	60,3	5,3	Demi-tour
Pont-Rémy	65,6	5,3	
Long	71,0	5,4	
L'Étoile	75,9	4,9	
Bourdon	81,3	5,4	
Yzeux	85,1	3,8	
Picquigny	88,7	3,6	
Ailly-sur-Somme	94,0	5,3	
Stade des Spartiates	100,0	6	Arrivée

Les suiveurs en vélo ne sont autorisés qu'à partir du 21ème kilomètre. Ils peuvent ensuite ravitailler leur coureur en tout point du parcours. Un seul suiveur par concurrent est autorisé et doit être signalé par le port du dossard sur le vélo qui lui donne accès aux ravitaillements de l'organisation.

**Les ravitaillements personnels doivent être clairement étiquetés, puis déposés le vendredi dans les bacs prévus pour être amenés par l'organisation sur les points de ravitaillement (table séparée).**

Sur les ravitaillements de l'organisation, vous trouverez :

- boissons fraîches (eau plate, eau gazeuse, cola)
- boissons chaudes (café, thé, soupe)
- sucre, fruits secs, gâteaux secs, cake, pain d'épice, chocolat
- biscuits salés, pâte de fromage (type VQR)
- fruits frais

**Aucun déchet ne doit être laissé sur le parcours, sous peine de disqualification immédiate.**

Contactez l'organisation pour les requêtes particulières (allergies).