

# ÖLAND ULTRA TRAIL, långa banan 50 000 m, korta 25 000 m

<u>Station</u>	<u>Km</u>	<u>Plats</u>	<u>Innehåll</u>	<u>Toalett</u>	<u>4 min/km</u>	<u>5 min/km</u>	<u>6 min/km</u>
1	5,4	Skäftekärr	Vatten, sportdryck		9.23	9.28	9.33
2	9,8	Byrum	Vatten, sportdryck	Ja	9.40	9.49	9.59
3	14,7	Ramsnäs	Vatten, sportdryck	Ja	10.00	10.14	10.28
4	20,0	Hagudden,norra	Vatten, sportdryck, cocacola		10.20	10.40	11.00
5	25,0	Byxelkrok	Vatten, sportdryck, cocacola	Ja	10.30	11.05	11.30
6	30,0	Holmvägen	Vatten, sportdryck, cocacola		10.17.30	11.30	12.00
7	35,0	Trollskogv.	Vatten, sportdryck, cocacola	Ja	11.05	11.55	12.30
8	39,8	Ängjärnuddsv	Vatten, sportdryck, cocacola		11.22.30	12.18	12.57
9	44,9	Homrevet	Vatten, sportdryck, cocacola	Ja	11.40	12.43	13.28
10	47,9	Lyckesand	Vatten, sportdryck, cocacola	Ja	11.50	12.58	13.46
Mål	50,0	Böda Sand	Vatten,loka, banan, kaffe, bullar	Ja	12.00	13.10	14.00