km	Posten / station	Typ	Oak Pack Riegel (Sponser Sport Food)	Sponser Competition (isotonic)	Wasser / water	Alpinbrötli / "Alpinbrötli" energy bread	Brotstücke (dunkles Brot) / pieces of dark bread	Sandwich mit Käse oder Trockenfleisch / Sandwich with cheese or jerky	Bananen / bananas	Schokolade (dunkel) / chocolate (plain)	Schokoladenkuchen / chocolate cake	Bouillon mit Reis / bouillon with rice	Früchtetee / fruit tea	Cafe / coffee	Coca Cola	Pasta mit/with Sauce Bolognese	Gemüsecremesuppe / vegetable cream soup	Erdinger alkoholfreies Bier / non-alcoholic beer	Dörraprikosen / dried apricots	Gesalzene Nussmischung / salted nuts-mix	Nusstörtchen / Grisons nut cupcake	Laugenbrötchen / pretzel roll	Mineralwasser / sparkeling water	Apfel / apple
11	Chamona da Boval	C																						
26	Bernina Diavolezza	B																						
34	Plaun da l'Esen	C																						
47	Pontresina	B																						
56	Fuorcla Surlej	C																						
67	St. Moritz Bad	A																						
75	Piz Nair	C																						
87	Fuorcla Crap Alv	C																						
104	Bergün	A																						
116	Ch. D'Ela	C																						
125	Savognin	A																						
132	Ziteil	C																						
145	Tiefencastel	B																						
158	Lenzerheide	A																						
163	Rothorn	C																						
176	Arosa	A																						
184	Inner Urden	C																						
193	Joch	B																						
12	Malixer Alp (T71)	C																						
201	Chur Ziel / Finish	D																						