

自我补给点参考数据及乐施会支持点（设于基维尔营地，只在周末有限时段开设）

以下数据只供参考，活动期间之实际营运时间、所提供之补给饮食的种类及数量，皆由各个补给站自行决定及作准。**基于安全考虑，参加者请于活动期间自备足够食物及食水补给。**敬请留意。在安排支持时，请注意遵守限聚令的人数限制。

位置(地图位置链接)	类别	与下一个补水点之距离(公里)	提供之补给或支持	营运时间
西贡北潭涌（起点） https://bit.ly/3pS8jOV	北潭涌小食亭	15.8	当日提供之补给饮食的种类及数量，由补给站自行决定及作准	星期一至五：09:00 – 18:00 星期六至日及公众假期：0700 – 1900
	渔护署加水站 - 小食亭 - 伤健乐园		饮用水	24 小时供应
	乐施会技术支持点		提供 TRAILME App 技术支持	星期六：06:30 - 10:00 星期日：06:30 - 10:00 (除 12 月 18 日外)
西湾 https://bit.ly/38aKTxU	村内数间士多	6.2	当日提供之补给饮食的种类及数量，由补给站自行决定及作准	视乎个别士多情况而定
赤径 https://bit.ly/3mSD1Zi	良友士多	2.3	当日提供之补给饮食的种类及数量，由补给站自行决定及作准	星期日至四：08:00 – 19:00（只提供饮品） 星期五至六：07:00 – 23:00（提供饮品及热食）
北潭凹 https://bit.ly/3b64PEb	渔护署加水站	3.1	饮用水	24 小时供应
	汽水机		冷冻饮品	现已开启，实际供应视乎当日需求情况而定
嶂上 https://bit.ly/2KZzUi3	许林士多	6.3	当日提供之补给饮食的种类及数量，由补给站自行决定及作准	星期一至四：11:00-15:00 星期五：11:00 – 00:00 星期六：10:00 – 00:00 星期日：08:00 – 17:00
企岭下 https://bit.ly/3b9I9mr https://bit.ly/3b7cbr0 https://bit.ly/3Uw8YVC	渔护署加水站	12.8	饮用水	24 小时供应
	汽水机		冷冻饮品	现已开启，实际供应视乎当日需求情况而定
	Bonaqua 自费加水站		饮用水	

<p>基维尔营地烧烤场 https://bit.ly/3o4VOA9</p>	<p>乐施会支援点</p>	<p>3.5</p>	<p>饮用水及轻食（面包、饼干、水果及盐糖）</p>	<p>11月26及27日 星期六中午12时至星期日中午12时 （星期六通宵）</p> <p>12月3及4日 星期六中午12时至星期日中午12时 （星期六通宵）</p> <p>12月10及11日 星期六中午12时至星期日中午12时 （星期六通宵）</p> <p>12月17及18日 星期六中午12时至星期日中午12时 （星期六通宵）</p>
<p>沙田坳 https://bit.ly/3hDzWZ3</p>	<p>恒益商店</p>	<p>7.4</p>	<p>当日提供之补给饮食的种类及数量，由补给站自行决定及作准</p>	<p>星期一至星期五：10:30-20:00 星期六至日：09:30-20:00 (如有需要可向店内询问)</p>
<p>大埔公路公厕旁 https://bit.ly/392hSUE</p>	<p>渔护署加水站 汽水机 乐施会技术支持点</p>	<p>4.3</p>	<p>饮用水 冷冻饮品 提供 TRAILME App 技术支持</p>	<p>24 小时供应</p> <p>现已开启，实际供应视乎当日需求情况而定</p> <p>12月3及4日（星期六、日）：07:00至10:00</p> <p>12月10及11日（星期六、日）：07:00至10:00</p> <p>12月17及18日（星期六、日）：07:00至10:00</p>
<p>城门水塘烧烤场 https://bit.ly/3hDJu6e</p>	<p>渔护署加水站 Bonaqua 自费加水站 汽水机</p>	<p>16</p>	<p>饮用水 饮用水 冷冻饮品</p>	<p>24 小时供应</p> <p>现已开启，实际供应视乎当日需求情况而定</p>
<p>铅矿坳</p>	<p>Bonaqua 自费加水站</p>	<p>9.1</p>	<p>饮用水</p>	<p>现已开启，实际供应视乎当日需求情况而定</p>

大帽山 https://bit.ly/3948vDY	大帽山郊游公园游客中心茶水亭（莲姐）	19.2	当日提供之补给饮食的种类及数量，由补给站自行决定及作准	星期一至四：07:00 -18:00 星期五至日及公众假期：07:00 – 00:00
	Bonaqua 自费加水站		饮用水	现已开启，实际供应视乎当日需求情况而定
大帽山 https://bit.ly/2LfN9Lq	大帽山郊游公园茶水亭（停车场旁）	19.2	当日提供之补给饮食的种类及数量，由补给站自行决定及作准	星期一至五：10:00 - 20:00 星期六至日及公众假期：09:00 - 21:00
	Bonaqua 自费加水站		饮用水	现已开启，实际供应视乎当日需求情况而定
元朗大棠（终点） https://bit.ly/3pS8MRb	大棠烧烤场小食亭	--	当日提供之补给饮食的种类及数量，由补给站自行决定及作准	星期一至五：09:00 - 17:00 星期五至日：09:00 - 19:00
	渔护署加水站		饮用水	24 小时供应
	乐施会支援点		大会将于终点送赠小礼物予完成100公里之队伍。 未能于终点现场领取小礼物的队伍，可于活动后在乐施会办事处领取，详情容后公布。	11月27日 星期日：14:00至20:00 12月3及4日 星期六：14:00至20:00 星期日：14:00至20:00 12月10及11日 星期六：14:00至20:00 星期日：14:00至20:00 12月17及18日 星期六：14:00至20:00 星期日：14:00至20:00