

Plan Alimentation : 2015



1/2 Fond (250 km à 500 km)

Niort - Saintes - Roulet - Jarnac - Marsac - Bergerac



	DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
LE MATIN	100 % Vandenabeele (1 cuil.soupe/Pigeon)	100 % Vandenabeele (1 cuil.soupe/Pigeon)	100 % Vandenabeele (1 cuil.soupe/Pigeon)	100 % Prange "Grand Prix" (1 cuil.soupe/pigeon)	100 % Prange "Grand Prix" (1 cuil.soupe/pigeon)	Enlogement 100 % Brilliant (1 cuil.soupe/pigeon)	Concours 100 % Prange "Grand Prix" (1 cuil.soupe/pigeon)
	Urtica Chlorella (1cuil. café /Pigeon)	Grit Extra + Calcimar (1cuil. café /Pigeon)	Urtica Chlorella (1cuil. café /Pigeon)	Grit Extra + Calcimar (1cuil. café /Pigeon)	Urtica Chlorella (1cuil. café /Pigeon)	Super Energie (1 cuil.soupe /Pigeon)	Grit Extra + Calcimar (1 cuil. café /Pigeon)
	Amino Acide Aminé (1cuil.café/kg Aliment)	Bioflorum Hydrate de Carbone (1 mesure/kg Aliment)	Amino Acide Aminé (1cuil.café/kg Aliment)	Bioflorum Hydrate de Carbone (1 mesure/kg Aliment)	E-Vitol (Huile de Germe de Blé) (1 cuil.café / kg Ali.)		Bioflorum Hydrate de Carbone (1 mesure/kg Aliment)
BOISSON	Herba-Puri-T (1cuil.café / 6 l.)	Herba-Zyma (1cuil.soupe / 6 l.)	Vitamine Plus (1 cuil.soupe / 6 l.)	Chromix (1 cuil.soupe / 6 l.)	Gluco-Sport (1 cuil. Soupe / 6 l.)	Electrolyt (1cuil.soupe / 6 l.)	Electrolyt (1cuil.soupe / 6 l.)

LE SOIR	100 % Vandenabeele (1cuil.soupe/Pigeon)	100 % Vandenabeele (1cuil.soupe/Pigeon)	100 % Prange "Grand Prix" (1 cuil.soupe/pigeon)	100 % Prange "Grand Prix" (1 cuil.soupe/pigeon)	100 % Brilliant (1 cuil.soupe/pigeon)		100 % Prange "Grand Prix" (1 cuil.soupe/pigeon)
	Huile d'Ail (1 cuil.café /kg Ali.) + Levure de Bière (1 cuil.soupe/kg ali.)		Huile d'Ail (1 cuil.café /kg Ali.) + Levure de Bière (1 cuil.soupe/kg ali.)		Gelée Royale Tonique Biologique (1 cuil.café / kg ali.)		Grit Extra + Calcimar (1 cuil. café /Pigeon)
					Super Energie (1 cuil.soupe /Pigeon)		Bioflorum Hydrate de Carbone (1 mesure/kg Aliment)
BOISSON	Herba-Puri-T (1cuil.café / 6 l.)	Herba-Zyma (1cuil.soupe / 6 l.)	Vitamine Plus (1 cuil.soupe / 6 l.)	Chromix (1 cuil.soupe / 6 l.)	Gluco-Sport (1 cuil. Soupe / 6 l.)		Electrolyt (1cuil.soupe / 6 l.)