

YTF 關門時間和食物列表

Ver 5.3

| | 地點 | 距離 | 關閉時間 | 飲品 | 食品 |
|-------|-------|----------|----------------|-------------------|------------------------|
| 起點 | 大棠 | 0.00 km | | 水, 運動飲品 | n/a |
| SCP 1 | 四排石山 | 7.50 km | | n/a | n/a |
| CP 1 | 蓬吉鄉 | 12.50 km | 13:30 (Jan 06) | 水, 運動飲品, 熱咖啡, 熱茶 | 即食麵, 麵包, 朱古力, 香蕉 |
| SCP 2 | 打石湖 | 19.50 km | | 水 | n/a |
| CP 2 | 嘉道理農場 | 27.50 km | 18:20 (Jan 06) | 水, 運動飲品, 熱朱古力, 熱茶 | 瑞士卷, 小蛋糕, 朱古力, 香蕉, 橙 |
| SCP 3 | 四方山 | 33.80 km | | n/a | n/a |
| CP 3 | 碗窰 | 39.50 km | 22:40 (Jan 06) | 水, 運動飲品, 熱咖啡, 熱茶 | 炒飯, 炒麵, 麵包, 朱古力, 香蕉, 橙 |
| SCP 4 | 草山 | 43.30 km | | n/a | n/a |
| 終點 | 火炭 | 49.50 km | 02:00 (Jan 07) | n/a | n/a |