

## **Training 44: 5,7 km / 8,6 km / 11,3 km**

### **5,7 km**

R Sportlaan – L Wafelstraat – R Zijpgrachtstraat – L Gavelink – R pad – L Zwalmbeekpad – R Galerijpad – L Gaverbosdreef – RD Sylvain Van de Veldestraat – L Dries – L Dries – L Dries – L Wafelstraat – R Riddersput – RD Ridderslos – R Wafelstraat – R Sportlaan

### **8,6 km**

R Sportlaan – L Wafelstraat – R Zijpgrachtstraat – L Gavelink – R pad – L Zwalmbeekpad – R Galerijpad – L Gaverbosdreef – RD Sylvain Van de Veldestraat – RD Langemunte – L Langemunte – L Meelgracht – RD Biesstraat – R Latemdreef – L Biestmolenstraat – L Zwalmbeekpad – R Dries – L Dries – L Dries – L Wafelstraat – R Riddersput – RD Ridderslos – R Wafelstraat – R Sportlaan

### **11,3 km**

R Sportlaan – L Wafelstraat – R Zijpgrachtstraat – L Gavelink – R pad – L Zwalmbeekpad – R Galerijpad – L Gaverbosdreef – RD Sylvain Van de Veldestraat – RD Langemunte – RD De Vlaander – L Vlaanderendal – RD Beekmeers – L Beekmeers – L Beekmeersstraat – RD pad – L Langemuntstraat – RD Houtstraat – L Lindestraat – L Biesstraat – R Biesstraat – R Latemdreef – L Biestmolenstraat – L Zwalmbeekpad – R Dries – L Dries – L Dries – L Wafelstraat – R Riddersput – RD Ridderslos – R Wafelstraat – R Sportlaan