

Training 31: 5,2 km / 9,1 km / 10,9 km

5,2 km

L Sportlaan – L pad – R Decoenestraat – L Zuidlaan – L Gaverbosdreef – L Zijpgrachtstraat – R Zwalmbeekpad – R Galerijpad – L Zwalmbeekpad – L Dries – L Grootveldweg – RD Wafelstraat – L Galerijpad – R pad – L Gavelink – R Zijpgrachtstraat – L Wafelstraat – R Sportlaan

9,1 km

L Sportlaan – L pad – R Decoenestraat – L Zuidlaan – L Gaverbosdreef – L Zijpgrachtstraat – R Zwalmbeekpad – R Galerijpad – L Zwalmbeekpad – R Biestmolenstraat – L Zwalmbeekpad (over parking Biestmolen) – L Latemdreef – L Boeketje Vlaanderenpad – L Biestmolenstraat – L Kapelleweg – R Biestmolenstraat – L Hazenlos – R Dries – L pad – R Dries – R Grootveldweg – RD Wafelstraat – L Galerijpad – R pad – L Gavelink – R Zijpgrachtstraat – L Wafelstraat – R Sportlaan

10,9 km

L Sportlaan – L pad – R Decoenestraat – L Zuidlaan – L Gaverbosdreef – L Zijpgrachtstraat – R Zwalmbeekpad – R Galerijpad – L Zwalmbeekpad – R Biestmolenstraat – L Zwalmbeekpad (over parking Biestmolen) – L Latemdreef – L Boeketje Vlaanderenpad – L Biestmolenstraat – L Kapelleweg – R Biestmolenstraat – L Hazenlos – R Hekkeveld – L Stationsstraat – L Dries – R pad – R Dries – R Grootveldweg – RD Wafelstraat – L Galerijpad – R pad – L Gavelink – R Zijpgrachtstraat – L Wafelstraat – R Sportlaan