

Training 39: 5,1 km / 8,3 km / 12,8 km

5,1 km

L Sportlaan – L Zuidlaan – R Zwalmiaan – L Rekegemstraat – R Rekegemstraat – L Molenpad – RD Gaverbosdreef – L Zijpgrachtstraat – R Zwalmbeekpad – L Galerijpad – L Wafelstraat – R Sportlaan

8,3 km

L Sportlaan – L Zuidlaan – R Zwalmiaan – L Rekegemstraat – R Rekegemstraat – L Molenpad – RD Gaverbosdreef – L Zijpgrachtstraat – R Zwalmbeekpad – R Galerijpad – L Gaverbosdreef – RD Sylvain Van de Veldestraat – L Latemdreef – L Biestmolenstraat – L Zwalmbeekpad – R Dries – L Grootveldweg – RD Wafelstraat – R Sportlaan

12,8 km

L Sportlaan – L Zuidlaan – R Zwalmiaan – L Rekegemstraat – R Rekegemstraat – L Molenpad – RD Gaverbosdreef – L Zijpgrachtstraat – R Zwalmbeekpad – R Galerijpad – L Gaverbosdreef – RD Sylvain Van de Veldestraat – R Kerkweg – L Bovenstraat – R Latemdreef – L Langemunte – R De Vlaander – R Hemelrijk – L Paulatemstraat – R Holweg – RD Koornbloemstraat – R Olmkenstraat – R Dikkelsebaan – L Langewegeling – R Steenweg – L Steenweg – R Steenweg – RD Heksenmeers – RD Krekelstraat – L Krekelstraat – R Krekelstraat (pad) – R Molenpad – L Zuidlaan – R Decoenestraat – L pad – R Sportlaan