

Training 46: 5,6 km / 9,7 km / 12,9 km

5,6 km

L Sportlaan – RD pad – R Zwalmiaan – R Rekegemstraat – L Veldstraat – R Herpelstraat – R Borstekouterstraat – L Machelgemstraat – R Kloosterstraat – R Huttegemstraat – RD Fonteinstraat – L Neerbostweg – L Rekegemstraat – L Zuidlaan – R pad – RD Veldstraat – R Wijlegempad – L Spoorweglaan – R tunnel

9,7 km

L Sportlaan – RD pad – R Zwalmiaan – R Rekegemstraat – L Veldstraat – R Herpelstraat – R Borstekouterstraat – L Machelgemstraat – R Groenstraat – R Bergketse – R Kamperstraat – R Sint-Annastraat – RD Huttegemstraat – RD Fonteinstraat – L Neerbostweg – L Rekegemstraat – L Zuidlaan – R pad – RD Veldstraat – R Wijlegempad – L Spoorweglaan – R tunnel

12,9 km

L Sportlaan – RD pad – R Zwalmiaan – R Rekegemstraat – L Veldstraat – R Herpelstraat – R Borstekouterstraat – L Machelgemstraat – L Machelgemstraat – R Bostmolenstraat – R Slijpstraat – R Mijnwerkerspad – R Boembeke – R Boembekestraat – R Kamperstraat – R Sint-Annastraat – RD Huttegemstraat – RD Fonteinstraat – L Neerbostweg – L Rekegemstraat – L Zuidlaan – R pad – RD Veldstraat – R Wijlegempad – L Spoorweglaan – R tunnel