

Training 63: 4,9 km / 10,5 km / 14,2 km

4,9 km

R Sportlaan – L Wafelstraat – L Wafelstraat – R Galerijpad –
L Grootveldweg – R Dries – R Sylvain Van de Veldestraat –
Gaverbosdreef volgen – R Galerijpad – L pad – L pad –
L Zijgrachtstraat – R Gaverbosdreef – R Zuidlaan – R fietspad –
R Sportlaan

10,5 km

R Sportlaan – L Wafelstraat – L Wafelstraat – R Galerijpad –
L Grootveldweg – R Dries – L Sylvain Van de Veldestraat –
R Langemuntstraat – R pad – R Beekmeersstraat – L Bergpad –
R Lindestraat – R Beekmeers – R Beekmeers – L Hemelrijk –
R Paulatemstraat – L Kapelleweg – R pad – L Steenstraat –
R Steenstraat – L pad – L pad – L Zijgrachtstraat –
R Gaverbosdreef – R Zuidlaan – R fietspad – R Sportlaan

14,2 km

R Sportlaan – L Wafelstraat – L Wafelstraat – R Galerijpad –
L Grootveldweg – R Dries – L Sylvain Van de Veldestraat –
R Langemuntstraat – R pad – R Beekmeersstraat – L Bergpad –
R Lindestraat – L Kaaistraat – L Kouterken – R pad – R pad –
R pad – L Oude Scheldestraat – L Eikstraat – pad volgen –
R Eikstraat – R Beekstraat – R Steenberglos – R Klikhoutestraat
– R Bareelstraat – L Meilegemstraat – R Beekmeers – R pad –
pad volgen – L pad – R pad – L pad – R pad – L Zijgrachtstraat –
R Gaverbosdreef – R Zuidlaan – R fietspad – R Sportlaan