

Training 2: 6,3 km / 10,2 km / 16,1 km

6,3 km

R Sportlaan – R Decoenestraat – L Zuidlaan – RD Noordlaan – RD Steenweg – R pad – RD Kerkstraat – L Lindeken – R Ten Bergekouter – R Krekelstraat – L Krekelstraat (pad) – RD Rekegemstraat – R Zwalmiaan – L Zuidlaan – R Sportlaan

10,2 km

R Sportlaan – R Decoenestraat – L Zuidlaan – RD Noordlaan – L Bruul – L Bruul – R Gaverbosdreef – R Hembeke – L Steenstraat – RD Bergweg – R Kerkweg – L Bovenstraat – R Latemdreef – R Hoofd – L Steenweg – R pad – RD Kerkstraat – L Lindeken – R Ten Bergekouter – R Krekelstraat – L Krekelstraat (pad) – RD Rekegemstraat – R Zwalmiaan – L Zuidlaan – R Sportlaan

16,1 km

R Sportlaan – R Decoenestraat – L Zuidlaan – RD Noordlaan – L Bruul – L Bruul – R Gaverbosdreef – R Hembeke – L Steenstraat – RD Bergweg – R Kerkweg – L Bovenstraat – R Latemdreef – L Langemunte – L Langemunte – R Langemunte – RD Langemuntestraat – R Langemuntestraat – R pad – RD Beekmeersstraat – R Beekmeersstraat – L pad – R Meilegemstraat – R Beekmeers – R pad – RD Beekmeers – R Beekmeers – RD Kasteeldreef – RD Hemelrijk – L Hemelrijk – L Paulatemstraat – R Holweg – RD Koornbloemstraat – R Olmkenstraat – R Dikkelsebaan – L Langewegeling – R Stampershaag – RD Breistraat – R Holvarent – L Steenweg – R pad – RD Kerkstraat – L Lindeken – R Ten Bergekouter – R Krekelstraat – L Krekelstraat (pad) – RD Rekegemstraat – R Zwalmiaan – L Zuidlaan – R Sportlaan