

Training 17: 6,0 km / 10,4 km / 15,5 km

6,0 km

R Spoorweglaan – L Wafelstraat – R Zijpgrachtstraat – L Zwalmbeekpad – R Galerijpad – R Gaverbosdreef – L Bruul – R Bruul – RD Krekelstraat – R Rekegemstraat – R Molenpad – L Zuidlaan – R Decoenestraat – L pad – R sportlaan

10,4 km

R Spoorweglaan – L Wafelstraat – R Zijpgrachtstraat – L Zwalmbeekpad – R Galerijpad – L Zwalmbeekpad – R Biestmolenstraat – R Latemdreef – L Biesstraat – R Meelgracht – R Langemunte – L Langemunte – L De Vlaander – R Vlaanderdal – R Paulatemstraat – L Kapelleweg – L Steenstraat – R Hembeke – L Gaverbosdreef – L Bruul – R Bruul – RD Krekelstraat – R Rekegemstraat – R Molenpad – L Zuidlaan – R Decoenestraat – L pad – R sportlaan

15,5 km

R Spoorweglaan – L Wafelstraat – R Zijpgrachtstraat – L Zwalmbeekpad – R Galerijpad – L Zwalmbeekpad – R Biestmolenstraat – R Latemdreef – L Biesstraat – R Meelgracht – L Langemuntstraat – R Langemuntstraat – R pad – R Beekmeersstraat – L pad – R Meilegemstraat – L Kaaistraat – L Kouterken – R pad – R jaagpad Schelde – R pad – R Oude Scheldestraat – L Oude Scheldestraat – L pad

Kaaihoeve – L Oude Scheldestraat – R Paepstraat – R
Bareelstraat – L Meilegemstraat – R Beekmeers – R
Beekmeers – RD Kasteeldreef – R pad – L Beekmeers (pad) – L
pad – RD Vlaanderdal – L De Vlaander – R Vlaanderdal – R
Paulatemstraat – L Kapelleweg – L Steenstraat – R Hembeke –
L Gaverbosdreef – L Bruul – R Bruul – RD Krekelstraat – R
Rekegemstraat – R Molenpad – L Zuidlaan – R Decoenestraat
– L pad – R sportlaan