

## **Training 18: 4,4 km / 7,0 km / 10,3 km**

### **4,4 km**

L Sportlaan – L pad – R Decoenestraat – L Zuidlaan – L Gaverbosdreef – L Galerijpad – L Wafelstraat – R Sportlaan

### **7,0 km**

L Sportlaan – L pad – R Decoenestraat – L Zuidlaan – L Gaverbosdreef – R Hembeke – L Steenstraat – RD Bergweg – R Bovenstraat – L Latemdreef – R pad – L Langemunte – RD Sylvain Van de Veldestraat – R Dries – L Grootveldweg – RD Wafelstraat – R Sportlaan

### **10,3 km**

L Sportlaan – L pad – R Decoenestraat – L Zuidlaan – L Gaverbosdreef – R Hembeke – L Steenstraat – RD Bergweg – R Bovenstraat – L Latemdreef – R pad – L Langemunte – RD Sylvain Van de Veldestraat – R Dries – L Dries – R Dries – L Hazenlos – L Hekkeveld – L Stationsstraat – L Dries – R Wafelstraat – R Riddersput – RD Ridderslos – R Wafelstraat – R Sportlaan