

## **Training 19: 5,2 km / 9,9 km / 11,6 km**

### **5,2 km**

R Sportlaan – L Wafelstraat – RD Grootveldweg – R Dries – R Sylvain Van de Veldestraat – RD Gaverbosdreef – L Gaverbosdreef – R Zuidlaan – R Decoenestraat – L pad – R Sportlaan

### **9,9 km**

R Sportlaan – L Wafelstraat – L Wafelstraat – R Dries – R Sylvain Van de Veldestraat – L Bergstraat – R Steenstraat – L Hembeke – R Hembeke – L Noordlaan – RD Steenweg – R Steenweg – RD Heksenmeers – RD Krekelstraat – L Krekelstraat – R Krekelstraat (pad) – RD Rekegemstraat – R Zwalmiaan – L pad – RD Sportlaan

### **11,6 km**

R Sportlaan – L Wafelstraat – L Wafelstraat – R Dries – L Sylvain Van de Veldestraat – RD Langemunte – L De Vlaander – R Hemelrijk – L Paulatemstraat – R Holweg – RD Koornbloemstraat – R Oude Gentbaan – RD Dikkelsebaan – L Hoofd – L Steenweg – R Steenweg – RD Heksenmeers – RD Krekelstraat – L Krekelstraat – R Krekelstraat (pad) – RD Rekegemstraat – R Zwalmiaan – L pad – RD Sportlaan