

Training 25: 6,3 km / 8,9 km / 11,6 km

6,3 km

R Sportlaan – L Wafelstraat – R Zijpgrachtstraat – L Gaverbosdreef – R Hembeke – R Hembeke – R Noordlaan – L Krekelstraat – R Krekelstraat (pad) – RD Rekegemstraat – R Zwalmiaan – L pad – RD Sportlaan

8,9 km

R Sportlaan – L Wafelstraat – R Zijpgrachtstraat – L Gaverbosdreef – R Hembeke – R Latemdreef – L Kapellestraat – R Paulatemstraat – R Beerlegemsebaan – RD Hundelgemsebaan – R Heksenmeers – RD Krekelstraat – L Krekelstraat – R Krekelstraat (pad) – RD Rekegemstraat – R Zwalmiaan – L pad – RD Sportlaan

11,6 km

R Sportlaan – L Wafelstraat – R Zijpgrachtstraat – L Gaverbosdreef – R Hembeke – R Latemdreef – L Kapellestraat – R Paulatemstraat – L Beerlegemsebaan – R Oudenweg – R pad – L Kouterstraat – R pad – R Brouwerijstraat – L Brouwerijstraat – R Dikkelsebaan – R Kuiperstraat – L Beekweg – RD Dikkelsebaan – R Dikkelsebaan – L Langewegeling – R Steenweg – L Steenweg – R Steenweg – RD Heksenmeers – RD Krekelstraat – L Krekelstraat – R Krekelstraat (pad) – RD Rekegemstraat – R Zwalmiaan – L pad – RD Sportlaan