

Training 33: 4,9 km / 10,2 km / 19,7 km

4,9 km

RD tunnel – RD Lijsterbeslaan – R Rozenlaan – R Rozenlaan – RD Terweeënstraat – L Ketse – R Wijlegem – R Bronweg – L Terweeënstraat – R Vredesplein – R Makkegem – R Spoorweglaan – L tunnel

10,2 km

RD tunnel – RD Lijsterbeslaan – R Rozenlaan – R Rozenlaan – RD Terweeënstraat – L Ketse – R Wijlegem – L Wijlegem – L Kouteren – R Kouteren – R Boekelbaan – RD Broekestraat – R Pierkestraat – R Abraham Hansstraat – R Smarre – L Caildenberg – R Molenberg – L Herretweg – R Moldergem – RD Vredesplein – RD Makkegem – R Spoorweglaan – L tunnel

19,7 km

RD tunnel – RD Lijsterbeslaan – R Rozenlaan – R Rozenlaan – RD Terweeënstraat – L Ketse – R Wijlegem – L Wijlegem – L Kouteren – R Kouteren – R Boekelbaan – L Pastoorsbosweg – RD Eesstraat – R Vaegeweg – R Marlboroughstraat – L Marlboroughstraat – RD Maelbroekweg – L Armekleie – RD Heuvelgem – R Eedekauterlos – L Lange Planke – R Heuvelgem – R Gentsestraat – L Blomveld – L Vissegem – R Klein Kapittel – RD Heringstraat – L Lepelstraat – R Heringstraat – R Bassegemspad – L Sint-Apolloniaplein – RD Geutelingenstraat – R Keuzelweg – L Molenkouterweg – R Gentsestraat – L Boekelstraat – L Sieregem – R Pottenberg – RD Pottenberg (pad) – RD D’Hoevestraat – L Fronebroek – R Haaghoek – RD Kloosterstraat – R Ommegangsstraat – L pad – L pad – RD pad – L pad – R Broekestraat – L Pierkestraat – R Abraham Hansstraat – R

Smarre – L Caildenberg – R Molenberg – L Herretweg – R Moldergem
– RD Vredesplein – RD Makkegem – R Spoorweglaan – L tunnel