

Training 49: 4,3 km / 6,1 km / 10,4 km

4,3 km

R Sportlaan – L Wafelstraat – R Zijpgrachtstraat – RD Gaverbosdreef – R Bruul – R Bruul – R Noordlaan – L Krekelstraat – R Rekegemstraat – R Molenpad – L Zuidlaan – R Decoenestraat – L Pad – R Sportlaan

6,1 km

R Sportlaan – L Wafelstraat – R Zijpgrachtstraat – L Zwalmbeekpad – R Galerijpad – R Gaverbosdreef – L Bruul – R Bruul – R Noordlaan – L Krekelstraat – R Rekegemstraat – R Molenpad – L Zuidlaan – R Decoenestraat – L Pad – R Sportlaan

10,4 km

R Sportlaan – L Wafelstraat – R Zijpgrachtstraat – L Zwalmbeekpad – L Galerijpad – R Grootveldweg – L Dries – R Hazenlos – R Biestmolenstraat – R Zwalmbeekpad – L Dries – R Sylvain Van de Veldestraat – RD Gaverbosdreef – L Bruul – R Bruul – R Noordlaan – L Krekelstraat – R Rekegemstraat – R Molenpad – L Zuidlaan – R Decoenestraat – L Pad – R Sportlaan