

Training 59: 5,3 km / 11,9 km / 14,8 km

5,3 km

R Sportlaan – L Wafelstraat – L Wafelstraat – L Dries – L Stationsstraat – L pad – RD Spoorweglaan – L tunnel

11,9 km

R Sportlaan – L Wafelstraat – L Wafelstraat – R Dries – L Hazenlos – RD Biestmolenstraat – RD Vleesstraat – R Vleesstraat – L Ronsen Heerweg – L Meerhem – L Meerhem – R Ruilverkaveling – R Smarre – L Molenberg – R Kouteren – L Wijlegem – R Wijlegem – L Ketse – R Terweeënstraat – R Veldstraat – L Wijlegempad – L Spoorweglaan – R tunnel

14,8 km

R Sportlaan – L Wafelstraat – L Wafelstraat – R Dries – L Hazenlos – RD Biestmolenstraat – RD Vleesstraat – R Vleesstraat – L Ronsen Heerweg – R Slegstraat – L Oosse – L Lage Dumpel – RD Hoge Dumpel – RD Duisbeke – L Borreweg – L Kromstraat – R pad – L Vrijsbeke – R Vrijsbeke – RD pad – L Korsele – L Smarre – R Molenberg – R Kouteren – L Wijlegem – R Wijlegem – L Ketse – R Terweeënstraat – R Veldstraat – L Wijlegempad – L Spoorweglaan – R tunnel