

Training 9: 6,0 km / 8,3 km / 10,1 km

6,0 km

L Sportlaan – L Zuidlaan – R Zwalmiaan – R Rekegemstraat – R Veldstraat – RD Veldstraat – L Veldstraat – R Zuidlaan – R pad – R Zuidlaan – R Wijlegem – R Ketse – R Terweeënstraat – RD Rozenlaan – L Rozenlaan – L Lijsterbeslaan – RD tunnel

8,3 km

L Sportlaan – L Zuidlaan – R Zwalmiaan – R Rekegemstraat – R Veldstraat – RD Veldstraat – L Veldstraat – R Zuidlaan – R pad – R Zuidlaan – R Wijlegem – R Bronweg – L Terweeënstraat – R Vredesplein – L Vredesplein – R pad – R Neerkouter – R Makkegem – L Makkegem – R Spoorweglaan – L tunnel

10,1 km

L Sportlaan – L Zuidlaan – R Zwalmiaan – R Rekegemstraat – R Veldstraat – RD Veldstraat – L Veldstraat – R Zuidlaan – R pad – R Zuidlaan – R Wijlegem – R Bronweg – L Terweeënstraat – R Vredesplein – L Vredesplein – R pad – RD Heufkensstraat – L Heufkensstraat – RD Heufkensstraat – R Dries – R Wafelstraat – R Wafelstraat – R Sportlaan