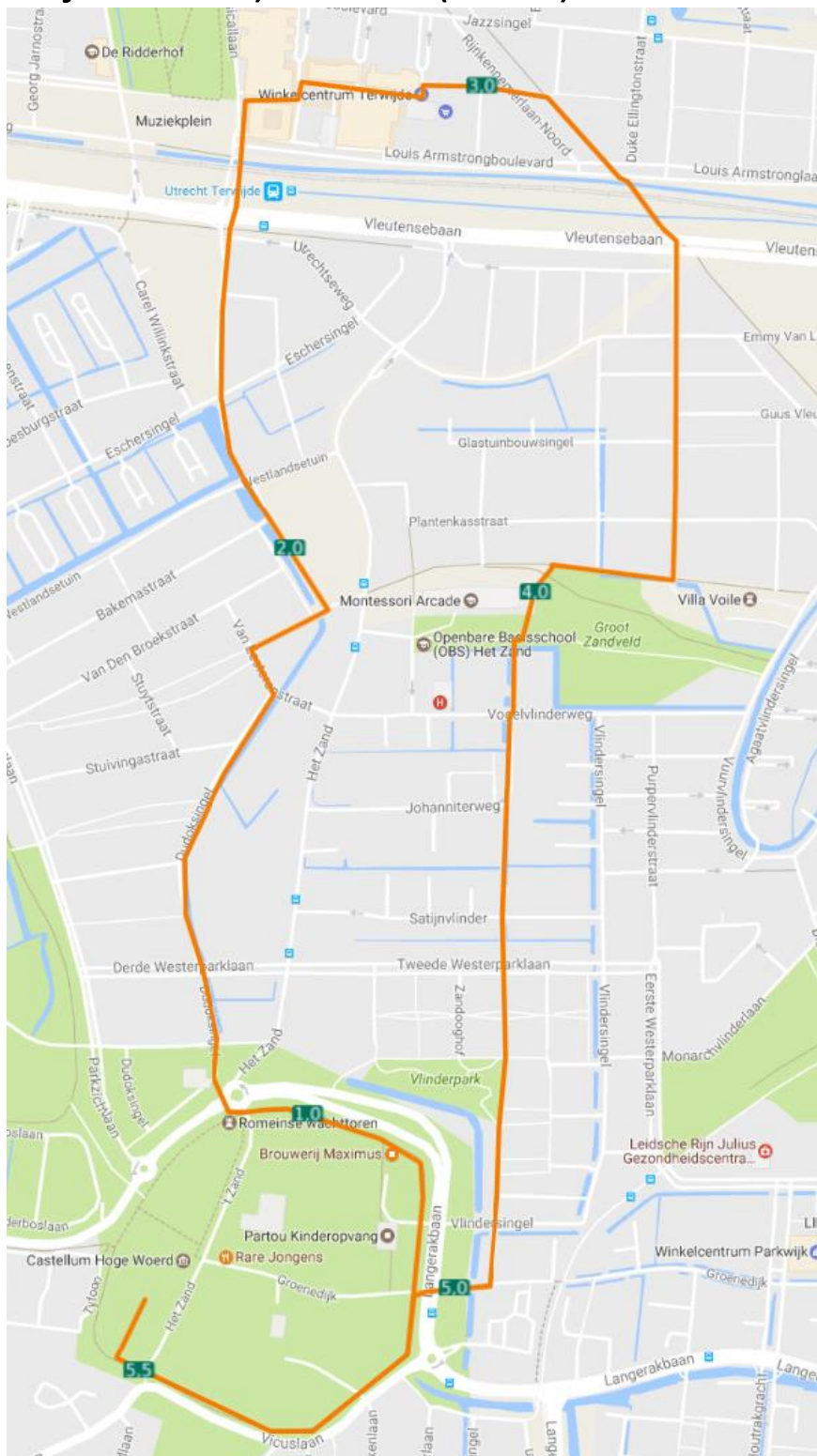
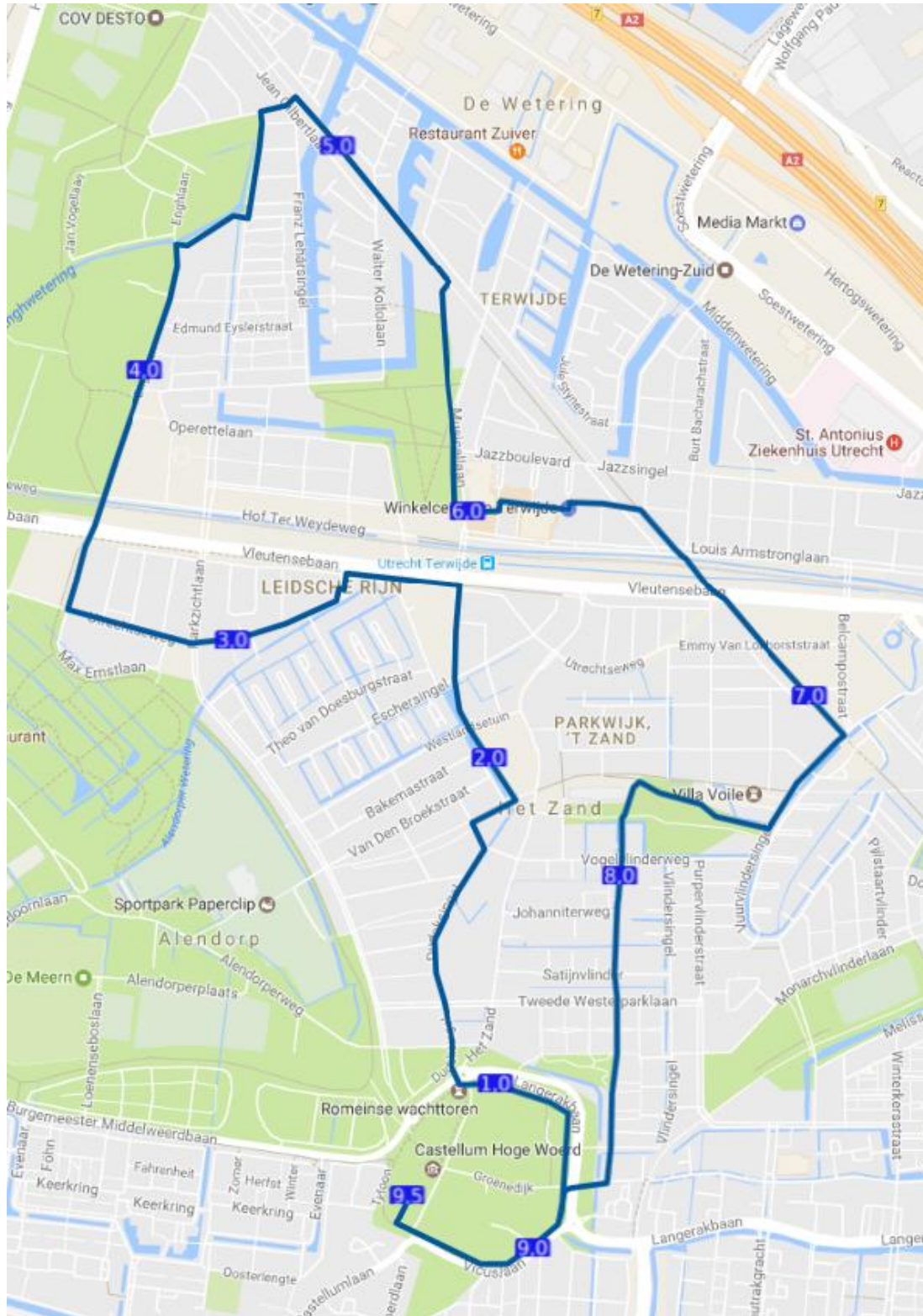


# DAG 2 (12 juni 2019) - 5 KM (Kaart)



#	VP	VR	Instructie
1			Castellum uit lopen linksaf over het lint richting Romeinse toren
2	V1B	2	Steek op Het Lint Pratumplaats over (toegang tot Moskee) en volg Het Lint
3	V2B	4	Bij rotonde Langerakbaan oversteken richting dudoksingel (om de sloot heen)
4	V3A	2	Steek 3e Westerrpaklaan over
5	V4A	2	Dudok singel uitlopen aan het eind linksaf van eesterenstraat in richting Crouweldijk
6			rechtsaf de Crouweldijk op na bruggetje linksaf langs het water (fietspad op)
7			einde van het fietspad rechts lopen langs de huizen (Kees van Dongelsingel)
8			eind Kees van Dongelsingel (bij de stoplichten) linksaf de straat oversteken lopen langs de Vleutense baan voor de 10Km <b>SPLITSING 5 EN 10 KM</b>
9	V5C	4	Einde Kees van Dongelsingel (bij stoplichten ) de Vleutensebaan oversteken en onder het spoor viaduct door lopen.
10	V6B	2	rechtdoor lopen langs de fietsenwinkel en thv de schoenen maak winkel rechtsaf
11	V7A	2	zigzag door het winkelcentrum langs de AH langs de Action langs de Vomar (linker zijde) naar het Glenn Millerpad (Rijnkenemerlaan)
12	V8A	2	Steek Louis Armstronglaan over
13	V9C	2	het spoor viaduct onderdoor en de Vleutensebaan oversteken rechts aanhouden en de Annie M.G. Schmidtstraat
14			de Annie M.G Schmidtstraat uitlopen einde rechtsaf de Hermelijnvlienderdijk op
15			Voor de basisschool 't Zand linksaf het bielzen pad op en rechtdoor richting de Johanniterweg
16	V10A	2	Steek de Vogelvlinderweg over
17	V11A	2	Steek Satijnvlinder over
18	V12A	2	Steek 2e westerparklaan over
19	V13A	2	Steek vlindersingel over
20			einde Johanniterweg rechtsaf de Groenedijk op richting het Lint
21	V14B	2	Steek de Langerakbaan over
22			Ga links het lint op en loop richting het Castellum

# DAG 2 (12 juni 2018) - 10 KM (Kaart)



#	VP	VR	Instructie
1			Castellum uit lopen links het lint op richting Romeinse toren
2	T1B	2	Steek op Het Lint Pratumplaats over (toegang tot Moskee) en volg Het Lint
3	T2B	4	Bij Romeinse Toren de Langerakbaan oversteken via rotonde richting Dudoksingel (Om de sloot heen)
4	T3A	2	Steek 3e Westerparklaan over
5	T4A	2	Dudok singel uitlopen aan het eind linksaf richting Crouweldijk
6			rechtsaf de Crouweldijk op na bruggetje linksaf langs het water (fietspad op)
7			einde van het fietspad rechts lopen langs de huizen (Kees van Dongelsingel)
8	T5B	2	eind Kees van Dongelsingel (bij de stoplichten linksaf de straat oversteken lopen langs de Vleutense baan <b>SPLITSING 5 EN 10 KM</b> )
9			Linksaf bij de Utrechtseweg (om het kinderdagverblijf heen)
10	T6A	2	na ongeveer 200M even oversteken om weer op de stoep te lopen
11	T7C	4	Parkzichtlaan oversteken en bij kruising met het lint rechtsaf het lint op
12			onder het viaduct van de Vleutensebaan en het spoor viaduct door lopen en rechtdoor blijven lopen (we verlaten hier weer het Lint) en gaan de Enghlaan op
13			net voor het witte bruggetje gaan we rechtsaf de Alexandre Lecocqsingel op
14			op de Alexandre Lecocqsingel de brug over en linksaf de Robert Stolzlaan op
15			thv de woonwagens het voetpad op langs het rooie paaltje de Emmerich Kalmanlaan op richting de Rijnkennemerlaan
16	T8A	2	rechtsaf de Rijnkennemerlaan op Fietspad met voetpad
17	T9A	2	thv de basisschool Hof ter Weide rechtsaf en loop tussen het voetbalveldje en de basisschool Hof ter Weide richting het Winkelcentrum
18	T10B	2	Bij Alberheijn links de Musicallaan oversteken en het winkelcentrum inlopen
19	T11A	2	zigzag door het winkelcentrum langs de AH langs de Action langs de Vomar (linker zijde) naar het Glenn Millerpad (Rijnkennemerlaan)
20	T12A	2	Steek de Louis Armstronglaan over
21	T13C	4	het spoor viaduct onderdoor en de vleutensebaan oversteken
22	T14A	2	Bij Vuurvlindersingel rechtsaf
23			Op Vuurvlindersingel bij de 3 Flats op rechtsaf het fietspad op is meteen na de 3 flats VOOR de witte flat.(niet naar de schapen)
24			voor de school 't Zand (en Arcade) naar links richting Johannierterweg (fietspad)
25	T15A	2	Steek Vogelvlinderweg over
26	T16A	2	Steek de satijnvlinder over
27	T17A	2	Steek de 2e westerparklaan over
28	T18A	2	Steek de Vlindersingel over

29			einde Johannierterweg rechtsaf de Groenedijk op richting het Lint
30	T19B	2	Steek de Langerakbaan over
31			Ga direct links het Lint op en loop richting Castellum

