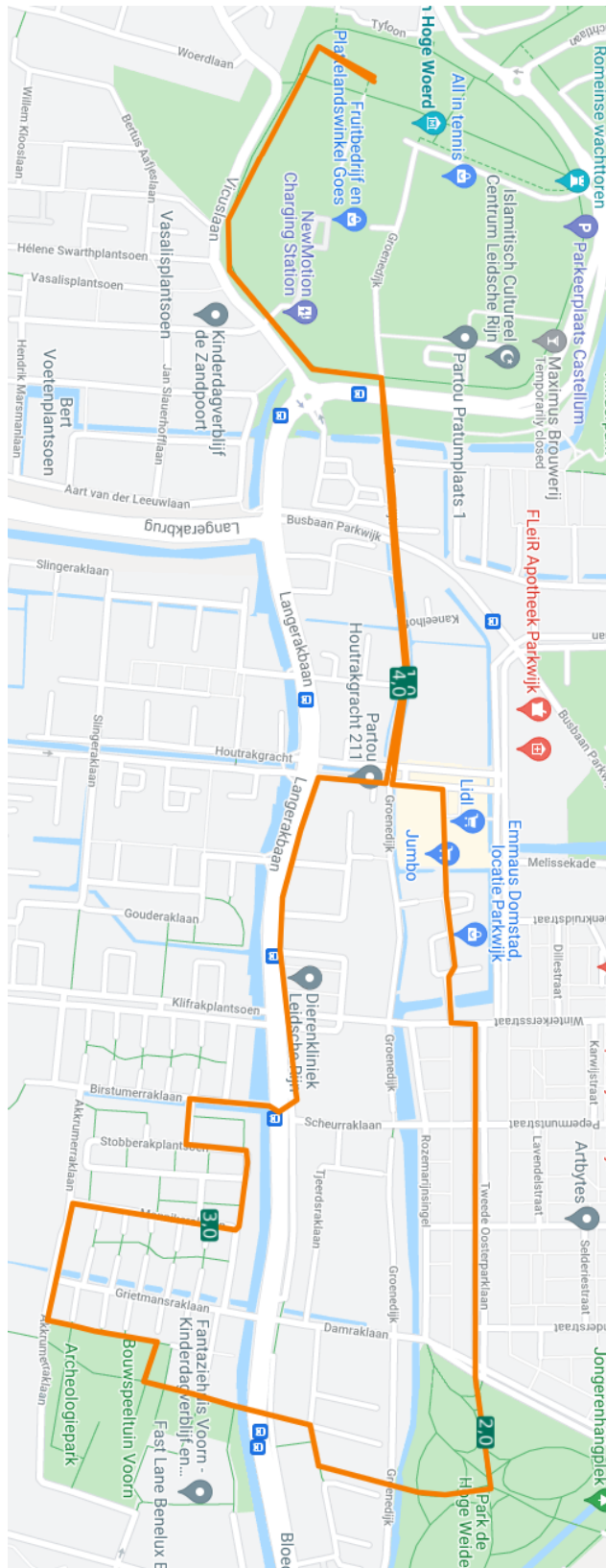


Dag 1 (dinsdag 14 juni) – 5 KM (Kaart)



DAG 1 (dinsdag 14 juni) - 5 KM (Beschrijving)

#	VP	VR	Instructie
1			Verlaat het Castellum via de Zuid uitgang en sla direct links af het Lint op
2			Loop tot de Groenedijk
3	V1B	2	Steek rechts de Langerakbaan over en vervolg Groenedijk
4	V2A	2	Steek Busbaan over
5	V3B	2	Ter hoogte van Winkelcentrum Parkwijk links de Verlengde Houtrakgracht op
6			Bij de Bloemist rechts het winkelcentrum in – loop tussen Lidl en Jumbo door
7			Loop rechtdoor richting Ab Harrewijnplein
8	V4A	2	Aan het eind van de Ab Harrewijnstraat de Winterkersstraat oversteken en linksaf
9			Ga direct rechts de 2e Oosterparklaan in – ga rechts op de stoep lopen
10	V5A	2	Steek Pepermuntstraat over
11			Loop de 2e Oosterparklaan helemaal uit
12	V6A	2	Aan het einde de straat (Rozemarijnsingel) oversteken en loop Park de Hoge Weide in
13			SPLITSING 5 EN 10 KM
14			Op het pleintje met bankjes, voor de berg met hoge schommels, rechtsaf brede pad richting bruggetje
15	V7A	2	Ga bruggetje over en loop richting Langerakbaan (over fietspad)
16	V8B	2	Steek de Langerakbaan over
17			Loop bij fietspad rechtdoor
			5 EN 10 KM KOMEN HIER WEER SAMEN
18			Na het passeren van de Galgenraklaan, rechtsaf slaan (net voor het basketbalveldje). Aan einde van dit pad weer linksaf slaan en deze tot einde vervolgen.
19			Ga aan het einde rechtsaf de Akkrumerraklaan op (weg NIET oversteken)
20	V9A	2	Steek Grietmansraaklaan over en sla bij Monnikeraklaan rechtsaf (2 ^e afslag)

21			Aan het einde van de straat linksaf het voetpad op
22			Loop tot Stobberakplantsoen, ga (2 ^e straat) links en direct weer rechts richting Birstumerraklaan
23			Sla rechtsaf in Birstumerraklaan richting Langerakbaan
24	V10B	2	Steek Langerakbaan over en ga direct naar links op de stoep richting Castellum
25	V11C	4	Steek Klifrakplantsoen over
26	V12A	2	Loop tot de Verlengde Houtrakgracht en ga rechts richting Winkelcentrum Parkwijk. NIET OVERSTEKEN
27	V13B	2	Sla bij Groene Dijk af naar links en loop richting Castellum
28	V14A	2	Steek Busbaan over
29	V15B	2	Steek Langerakbaan over en ga linksaf richting Castellum