

NR	Richting	Beschrijving 10 km route DINSDAG ROUVEEN	Afstand	Totaal
1	LA	Vanuit kantine SC Rouveen LINKSAF voetpad Korte Kerkweg.	0,000	0,000
2	RA	Langs de Triangel en dan eerste weg RECHTSAF, Seringenhof	0,194	0,194
3	RA	Seringenhof helemaal uitlopen en dan RECHTSAF, Goudenregenstraat	0,191	0,385
4	RA	Goudenregenstraat helemaal uitlopen, de Oude Rijksweg oversteken en RECHTSAF langs de diek.	0,225	0,610
5	LA	Mooi langs de diek en dan 1e weg LINKSAF, Kruumteweg.	0,549	1,159
6	<b>LA Splitsing</b>	Kruising met Scholenweg RECHTDOOR, blijft Kruumteweg. <i>5 km wandelaars gaan linksaf.</i>	0,422	1,581
7	RA	1e weg RECHTSAF, Bisschopsweg.	0,349	1,930
8	LA	Deze klinkerweg volgen tot de A28, hier LINKSAF over schouwpad (graspad)	0,441	2,371
9	LA	Schouwpad volgen tot Conradsweg, hier LINKSAF, nog graspad.	0,377	2,748
10	RA	Kruising met Kruumteweg RECHTSAF.	0,203	2,951
11	LA	Kruumteweg en schouwpad langs de A28 volgen tot de Schoolwijksweg, hier LINKSAF	0,298	3,249
12	RD	Deze, nu asfaltweg, volgen en kruising met de J.J.Gorterlaan RECHTDOOR, nu klinkerweg.	0,401	3,650
13	LA	1e zandweg LINKSAF, knooppunt Z35.	0,291	3,941
14	RA	Kruising met de Conradsweg RECHTSAF, klinkerweg.	0,301	4,242
15	LA	1e zandweg LINKSAF, Ooster Binnenweg	0,321	4,563
16	RA	1e weg RECHTSAF, Bisschopsweg.	0,361	4,924
17	LA	Bisschopsweg helemaal uitlopen en RECHTSAF de Oude rijksweg op. <b>Links van de weg lopen.</b>	0,512	5,436
18	<b>RA RUST</b>	<b>Na 760 meter ORW oversteken en RUST bij bakker UBAK. Vanaf hier weer gelijk op met de 5 km route.</b>	<b>0,760</b>	<b>6,196</b>
19	RA	Na rust RECHTSAF de Prunuslaan in.	0,000	6,196
20	RA	Bij knooppunt Z40 RECHTSAF wandelpad (asfalt) is net na autobedrijf Hengsteboer.	0,097	6,293
21	RAH RD	Bij speelveldje RECHTS AANHOUDEN, asfaltpad volgen. Later bij de kruising met de Meidoornlaan RECHTDOOR, pad langs de gracht.	0,127	6,420
22	LA	1e pad LINKSAF, nog asfaltpad.	0,203	6,623
23	RA	Einde pad RECHTSAF, Rozenlaan.	0,066	6,689
24	LA	1e weg LINKSAF, Wilgenlaan.	0,020	6,709
25	LA	Weer 1e weg LINKSAF, Hazelaarlaan	0,043	6,752
26	RA	Na 80 meter, bij de vernauwing van de straat, gaan we RECHTSAF, voetpad.	0,080	6,832
27	RD	Kruising met de Populierenstraat SCHUIN RECHTDOOR, blijft voetpad.	0,072	6,904

		 		
28	RD	Kruising met de Elzenlaan RECHTDOOR over trottoir.	0,061	6,965
29	LAH	Daar waar de Elzenlaan een bocht naar rechts maakt LINKS AANHOUDEN, voetpad bij bordje Lijsterbeslaan.	0,070	7,035
30	RD	Kruising met de Beukenlaan RECHTDOOR.	0,100	7,135
31	RD	Daar waar de weg een bocht naar rechts maakt, gaan wij RECHTDOOR , tussen twee paaltjes door.	0,139	7,274
32	LA	Even later LINKSAF, Schipgravenweg.	0,028	7,302
33	LA	Schipgravenweg gedurende 573 meter volgen en dan LINKSAF parkje in.	0,573	7,875
34	RA	Pad door parkje volgen, zijpaden negeren en RECHTSAF de Beukenlaan op.	0,225	8,100
35	RA	Beukenlaan volgen tot de Korte Kerkweg, hier RECHTSAF.	0,424	8,524
<b>36</b>	<b>RA</b>	<b>Korte Kerkweg volgen tot RECHTS de FINISH</b>	<b>0,122</b>	<b><u>8,646</u></b>