

Dinsdag 29 mei. 10 km start 17:45 uur.

R Engweg, R Struweelpad, L over voetpad , R Leo's Oord, L Benoordenhout , R tussen woning, L Afrikaring , L Laan der Hoven, Brug over Rondweg Noord, Na brug Rondweg direct L voetpad langs de wal, L oversteken Hooglandsepoort, L voetpad over de wal, RD oversteek Watersalamander, L voetpad langs vijver, L voetpad Lage boog, Oversteek Lage boog, RD Winkelcentrum de Nieuwe Hof, L Regenboog, L Lage Boog, R Watersteeg, R Waterjuffer, RD Libelle, R Brasem, RD Nieuwlandsedreef, L voetpad over de wal, L Zevenhuizerpoort, R oude Zevenhuizerstraat, Oversteken Laan van Duurzaamheid, L Voetpad over de wal, L Brinkenpad, RD Laan der Hoven, R Afrikaring , R tussen woningen door , L Benoordenhout, R Leo's Oord, L over voetpad , R Trap op richting Engweg, L Engweg, L Paardensportterrein.

Woensdag 30 mei. 10 km start 17:45 uur.

R Engweg, R Struweelpad, L over voetpad, R Leo's Oord, L Benoordenhout , R tussen woning, L Afrikaring , L Laan der Hoven , L Posthumus Meijjesweg , Oversteken Zevenhuizerstraat , RD Pastoorpieckweg, R Bunschoterstraat, L L Fietspad onder tunnel Bunschoterstraat, R Monseigneur van de Weteringstraat, R Slaagseweg, L Malesluispad, L voor de burg fietspad langs de Eem, L Bernard de Roijstraat, L De Schans, oversteken Maatweg, L Hamseweg, oversteek Elly Takmastraat, R Winkelpad, L Schothorsterlaan R Schothorsterlaan (op driesprong), RD Duivensteeg, L Dekzandpad, R Molenweg, L Pottenbakkerlaan, R Sportlaan, RD Engweg, R paardensport.

Donderdag 31 mei. 10 km start 17:45 uur.

L Engweg, L Luistergang, R Molenpad, L Enkeerdpad, L Het Masker, R Emiclaerhof, R laan naar Emiclaer, RD Poortmanpad, R Zocherpad, Rd Le Corbusierstraat, L Le Corbusierstraat, R voetpad park, oversteek Emiclearseweg, L Schothorsterlaan, R Albert Schweitzersingel, L Geintunnel, R Computerweg, L Plotterweg, R Liendertseweg, LL Park in, einde pad R Onderduikerspad, RL via parkeerplaats Arendshorst, R Trekvogelweg, oversteek Liendertseweg, RL Fazantenstraat, Schuin rechts Jan van Riebeekpad, L Jan van Riebeekpad richting kanaal, R Meerkoetpad, R Meerkoetpad, RL oversteek Palladijnenweg naar Nibelungenpad, L Kanteklaarpad, oversteek en R trottoir Holkerweg, L Camera Obscurastraat, RD Avalonpad, RL Avalonpad, R Moreestraat, L Gerrit Witsehof, RD oversteek Abraham Blankaartsingel, L Beverweerd, R Amelisweerd, L Beereveld, R Winkelpad, L Schothorsterlaan, R Schothorsterlaan (op driesprong), RD Duivensteeg, L Dekzandpad, R Molenweg, L Pottenbakkerlaan, R Sportlaan, RD Engweg, R paardensport.

Vrijdag 1 juni. 10 km start 18:00 uur.

L Engweg, L Luistergang, R Molenpad, L Enkeerdpad, R Hoolestee, R Schothorsterlaan, L Winkelpad, Oversteken en R Hamseweg , L Boetzelaerlaan, Oversteken Boetzelaerlaan , Langs fietspad Bunschoterstraat, R fietspad naar de opstelplaats Kabof, Start Intocht 19:45 uur. , R Bieshaarlaan , L Kraailandhof, Oversteken Zevenhuizerstraat, L Berkenlaan, R Kerklaan, R Engweg, Einde intocht bij Paardensportterrein.