

Dinsdag 6 juni. 10 km start 17:45 uur.

R Engweg, R voetpad richting veld, L via gras naar voetpad, L over voetpad , R Leo's Oord, L Benoordenhout , R tussen woning, L Afrikaring , L Laan der Hoven, RD Brug over Rondweg Noord, Na brug Rondweg direct L voetpad langs de wal, L oversteken Hooglandsepoort, L voetpad over de wal, L Watersalamander, R Bever, L Watersteeg, einde rechts via voetpad richting Brasem, L Brasem, L Voetpad over de wal, L Zevenhuizerpoort, R Oude Zevenhuizerstraat, R Nieuwlandseweg, L De Witte Zwaan, R de Bonte Koe, L de drie Kazen, R de rode leeuw, L patricierslaan, RD kattenbroekerpoort, RD 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 7 juni. 10 km start 17:45 uur.

L Engweg, RD Sportlaan, R graveurstraat, L Graveurstraat, oversteken en R Ambachtlaan, oversteek Zevenhuizerstraat, RD pad richting Haverkamp, R Overpad. Oversteek Tolick, RD Overpad, LR Kabof, R Kabof richting Malenpad, L Malenpad, R Bunschoterstraat, L L Fietspad onder tunnel naar Bunschoterstraat, R Coelhorsterweg, R Monseigneur van de Weteringstraat, L Bunschoterstraat, RR Fietspad onder tunnel naar Bunschoterstraat, L Pastoorpiekweg, Oversteken Zevenhuizerstraat, RD Posthumus Meijjesweg, R 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

Donderdag 8 juni. 10 km start 17:45 uur.

L Engweg, L Luistergang, R Molenpad, L Enkeerdpad, L Het Masker, bij zorgflats RL over parkeerplaats, R Emiclaerhof, R laan naar Emiclaer, RD Poortmanpad, L De Oversteek RD Hendrick de Keyserlaan, L Citerpad, R Mandolinestraat, L Balalaikapad, L Harpstraat, RD voetpad op, L Klarinetpad, R saxofoonpad, oversteken Trompetstraat Rechts, L Bombardonstraat, Rd jazzpad, R Schothorsterlaan, R schothorsterlaan richting rotonde in bos, R over rotonde 4^e afslag rechts, R Duivensteeg, L voetpad voor Dekzandpad, voetpad links, einde links, voetpad rechts, RD oversteken schothorsterlaan, R winkelpad, R Amelisweerd, bij rotonde links, einde voetpad links, R Winkelpad, R Hamseweg, R Nieuw Weedepad, RD de bovenkruier, RD molenweg, R fietspad molenweg, L pottenbakkerlaan, R Sportlaan, RD Engweg, R paardensport

Vrijdag 9 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, R Boetzelaerlaan, Oversteken Boetzelaerlaan bij rotonde, L Boetzelaerlaan, R Bunschoterstraat, R fietspad naar de opstelplaats Kabof, Start Intocht 19:45 uur. , R Bieshaarlaan , L Kraailandhof, Oversteken Zevenhuizerstraat, L Berkenlaan, R Kastanjelaan, R Engweg, Einde intocht bij Paardensportterrein.