

Na	R/L/RD	Omschrijving	Totaal
0m	R	Na verlaten Rest. 'De Wandelaar	0m
35m	R	Lange Raamstraat	35m
265m	L	Barrevoetenstraat	300m
80m	R	Gedempte Voldersgracht	380m
140m	L	Zuiderstraat	520m
10m	SR	Hortiusplein	530m
40m	SL	Drossestraat	570m
50m	R	Zijlvest	620m
30m	L	Brug over na oversteken Wilhelminastraat	650m
65m	R	Brug over Brouwersvaart	715m
15m	L	Direct na brug. Brouwerskade	730m
525m	L	Brug over thv Hoofmanstraat	1255m
20m	R	Houmankade richt spoorviaduct	1275m
115m	SR	Houmankade blijven volgen	1390m
155m	SR	Bruggetje over	1545m
565m	SL	Rollandspad	2110m
100m	SR	Rollandspad	2210m
80m	R	Pieter Wantelaan	2290m
20m	L	Gerrit Bartholomeuslaan	2310m
210m	RD	Rollandslaan oversteken	2520m
20m	RD	Hendrik Roozenlaan	2540m
190m	R	Leendert Meeszstraat	2730m
230m	L	Ramplaan richting 'Wapen van K'land	2960m
60m	RD	Koepad	3020m
410m	R	Duinvlietspad	3430m
100m	R	Elswoutlaan (aan linkerkant voetpad)	3530m
1110m	L	Na oversteken Duinlustweg langs water	4640m
630m	L	Bij Zwitsershuisje	5270m
40m	R	Voetpad volgen	5310m
160m	SL	Pad blijven volgen	5470m
120m	R	Brouwerskolkweg	5590m
260m	R	Bij rotonde. Na stempelen voetpad volgen	5850M
310m	L	Tetterodeweg	61660m
450m	R	Bloemendaalseweg	6610m
40m	L	Voor spoorbomen tussen hekjes door	6650m
30m	SL		6680m
60m	R	Ernst Cazemir laan	6740m
80m	L		6820m
80m	R	Oranje Nassaulaan	6900m
250m	SR	Prins Hendriklaan	7150m
160m	RD	Onder viaduct door PR. Hendriklaan	7310m
370m	R	Julianalaan	7680m
300m	L	Zijlweg	7980m

35m	L	Spoorwegstraat	8015m
175m	R	Delftstraat	8190m
50m	SL	Bruggetje over	8240m
140m	RD	Garenkokerskade	8380m
340m	RD	Voetpad volgen	8720m
110m	RD	Bruggetje over de Kinderhuissingel	8830m
50m	R	Kinderhuisvest	8880m
460m	L	Drossestraat	9340m
50m	R	Hortiusplein	9390m
40m	L	Zuiderstraat	9430m
10m	R	Gedempte Voldersgracht	9440m
140m	L	Barrevoetenstraat	9580m
80m	R	Lange Raamstraat	9660m
265m	L	Nieuwe Kerksplein	9925m
35m		Finish	9960m

**Legenda**

R= Rechts

L= Links

RD= Rechtdoor

SL= Schuin links

SR= Schuin rechts