

Na	R/L/RD	Omschrijving	Totaal
0m	L	Na verlaten startlocatie	0m
50m	RD	Koepad	50m
425m	R	Duinvlietspad	475m
90m	L	Voetpad Elswoutlaan	565m
160m	R	Elswoutlaan oversteken	725m
15m	RD	Zijweg. Bij bord NPZK Elswout	740m
555m	R	Bij wit elec.huisje Duinlustweg	1295m
315m	RD	Langs ingang landgoed 'Koningshof'	1610m
845m	L	Bij 'Kraantje Lek' richting Zandvoort	2455m
430m	SL	Y-splitsing. Visscherspad richtin. Bl aan zee	2885m
110m	RD	Bij reclamezuil. Rechtdoor smal pad omhoog	2995m
20m	R	Voor hek, dit pad blijven volgen langs hek.	3010m
1035m	SL	fietspad	4050m
165m	RD	Bij uitkijkpunt	4215m
470m	RD	Bij fietsknooppunt nr.37	4685m
550m	R	Richting bl. Aan zee. Door tunneltje	5235m
55m	R	Bij bord NPZK. Wurmenveld	5290m
1075m	R	Duinpieperspad richting bl. Aan zee	6365m
1525m	SL	Y-splitsing. Route duinen aangegeven met rood/wit lint richting boulevard	7890m
765m	RD	Boulevard oversteken	8655m
55m	R	Bij bord F4 wandelpad Boulevard	8710m
895m	RD	Langd ingang Bregje	9605m
100m	SL	Pad schuin naar strand. Slagboom	9705m
175m	R	Strand richting Ijmuiden. Zee aan linkerkant	9880m
1940m	R	Bij groene afvalbakken. Oranje loods	11820m
115m	RD	Langs ingang 'Parnassia'	11935m
35m	L	Bij wegwijzer 'Parnassia'	11970m
40m	SR	na trap bij Y-splitsing	12010m
105m	L	Blauw paaltje richting Vogelmeer	12115m
345m	SL	Bij wit paaltje laarzenpad	12460m
400m	L	Eind laarzenpad. Zandpad	12860m
150m	RD	Langs trap	13010m
70m	SR	Eerst rood dan blauw paaltje	13080m
190m	L	Eerst rood dan blauw paaltje	13270m
115m	R	Fietspad na rood groen paaltje	13385m
185m	L	Voetpad	13570m
20m	R	Blauwe paal. Pad naar boven	13590m
265m	RD	Blauwe paal	13855m
130m	SR	Blauwe paal	13985m
400m	SL	Y-splitsing Blauwe paal pad naar boven	14385m
160m	SR	Blauwe paal	14545m
135m	SR	Richting uitzichtpunt	14680m
40m	L	Trap af	14720m
25m	R	Onderaan trap	14745m

30m	L	Blauwe paal	14775m
250m	R	Richting t wed	15025m
95m	L	Groen geel Paaltje. Richtng t Wed	15120m
345m	SL	Hazenber op	15465m
40m	RD	Na trap. Groen geel blauw paaltje	15505m
175m	SR	Groen geel blauw paaltje	15680m
130m	L	Langs 't Wed	15810m
490m	SL	Naar boven Groen Geel Blauw paaltje	16300m
45m	RD	Richting Koevlak	16345m
240m	SR	Na sluisje tussen speelplek en restaurant	16585m
50m	L	Na passeren speelplek	16635m
165m	L	Voetpad Zeeweg	16800m
55m	R	Zeeweg oversteken. Stoplichten	16855m
45m	L	Voetpad langs Zeeweg	16900m
270m	RD	Bij parkeerplaats pad blijven volgen. Asphalt	17170m
105m	L	Brouwerskolkweg oversteken richting voetpad	17275m
35m	L	Voetpad richting zeeweg	17310m
25m	SR	Y-splitsing	17335m
80m	RD	Langs Hemelse Pannenkoeken	17415m
35m	RD	Wandelpad	17450m
145m	RD	Wandelpad	17595m
100m	L	Tetterodeweg	17695m
440m	RD	Einde Tetterodeweg. Bloemendaalseweg oversteken	18135m
10m	R	Voor winkel van Etos. Bloemendaalseweg	18145m
35m	L	Pad tussen hekjes door	18180m
55m	SR	Tussen hekjes door	18235m
20m	R	Ernst Casimirlaan	18255m
65m	L	Naamloze straat	18320m
75m	R	Oranje Nassaulaan	18395m
380m	RD	Onder viaduct Randweg door	18775m
30m	R	Direct na viaduct Waldeck Pymontlaan	18805m
75m	L	Prins Hendriklaan	18880m
350m	R	Julianalaan	19230m
295m	L	Zijlweg	19525m
55m	L	Spoorwegstraat	19580m
135m	R	Delfstraat	19715m
55m	L	Bruggetje over	19770m
180m	RD	Garenkokerskade	19950m
200m	RD	Pieters Kiesstraat oversteken	20150m
95m	SR	Fietspad onder Nova College door	20245m
115m	RD	Via Zebrapad bruggetje over	20360m
65m	R	Knderhuisvest	20425m
400m	R	Zijlbrug over	20825m
80m	L	Voor UWV Gebouw	20905m
100m	R	Brouwerskade	20005m
500m	L	Kousebrndbrug oversteken thv Hoofmanstraat	20505m
35m	R	Brouwersvaart richting viaduct	20540m

100m	SR	Houtmankade	20670m
60m	RD	Houtmankade	20730m
150m	SR	Houtmanpad	20880m
590m	SL	Rollandspad	21470m
80m	SR	Rollandspad blijven volgen	21550m
75m	R	Pieter Wantelaan	21625m
20m	L	Gerrit Bartholomeuslaan	21645m
210m	RD	Rollandslaan oversteken	21855m
25m	RD	Hendrik Roozenlaan	21880m
185m	R	Leendert Meeszstraat	22065m
230m	L	Ramplaan richt 'Wapen van Kennemerland'	22295m
25m	L	Finish	22320m

**Legenda**

R= Rechts

L= Links

RD= Rechtdoor

SL= Schuin links

SR= Schuin rechts