

**AG** BELGIAN **coast**  
**Walk**  
21.05.2022



**BLANKENBERGE DUINSE POLDERS**

8,7 km

80

Peperkoek /  
*Pain d'épices*  
Suikerwafel / *Gaufre*  
*sucré*

Water/*Eau*  
Alpro choco

**DE HAAN - EINSTEINSCHOOL**

21,8 km

80

Banaan / *Banane*  
*Grany*

AA Drink  
Water / *Eau*

**OOSTENDE  
WELLINGTONRENBAAN**

38,5 km

80

Soep / *Potage*  
Broodje kaas of ham  
/ *Sandwich fromage*  
*ou jambon*

Water / *Eau*  
Koffie / *Café*  
Coca Cola

**START 42 KM**

**WESTENDE - CALIDRIS**

51,6 km  
13,1 km

80

42

Koude pasta /  
*pâtes froides*  
Appel / *Pomme*  
Honingwafel /  
*Gaufre au miel*

Water / *Eau*  
Koffie / *Café*  
AA Drink

**START 25 KM**

**OOSTDUINKERKE - WITTE BURG**

66,9 km  
28,4 km  
15,6 km

80

42

25

Alpro Mango  
*Grany*  
Taart / *Gateau*  
(80km-42km)  
TUC (80km-42km)

Water / *Eau*  
Koffie / *Café*  
Alpro Soya

**DE PANNE FINISH-ARRIVEE**

80 km  
42 km  
25 km  
10 km

80

42

25

10

Suikerwafel /  
*Gaufre sucré*  
Peperkoek /  
*pain d'épices*  
TUC (80km-42km)

Water / *Eau*  
St Bernardus  
AA Iso Lemon



**START / DÉPART 80 KM**  
*Knokke-Heist*

**BEVOORRADING / RAVITAILLEMENT 1**

*Blankenberge*  
*Duinse Polders, A. Ruzettelaan 195, 8370 Blankenberge*  
→ 5u30 - 7u30

**TUSSENSTOP / ESCALE 1**  
*Wenduine - Graaf Jansdijk*

**BEVOORRADING / RAVITAILLEMENT 2**

*De Haan - Einstein school, Ringlaan Noord 4* → 7u10 - 10u30

**TUSSENSTOP / ESCALE 2**  
*Oostende - Maritiem Plein*

**BEVOORRADING / RAVITAILLEMENT 3**

*Wellington renbaan, Kon. Astridlaan 10, 8400 Oostende*  
→ 9u20 - 14u15

**START 42 KM** (7u - 10u)

**BEVOORRADING / RAVITAILLEMENT 4**

*Calidris, Strandlaan 1, 8434 Middelkerke* → 8u40 - 17u00  
**START 25 KM** (8u - 11u)

**TUSSENSTOP / ESCALE 3**  
*Nieuwpoort - Ysara*

**BEVOORRADING / RAVITAILLEMENT 5**

*Witte Burg, Witte Burg 92, 8670 Koksijde* → 9u55 - 20u30

**FINISH - EINDBEVOORRADING**  
**ARRIVÉE - RAVITAILLEMENT FINAL**  
*De Panne* → 11u00 - 23u30

