

**AG** BELGIAN **coast**  
**Walk**  
13.05.2023



80  
KM

42  
KM

25  
KM

10  
KM



DE PANNE - DE BOARE - KONINGSPLEIN  
START / DÉPART 80 KM

80

Water/Koffie  
Eau/Café

OOSTDUINKERKE - WITTE BURG

80

9,9 km

Peperkoek  
Pain d'épices

Water/Koffie  
Eau/Café

NIUWPOORT - VISMIJN

80

18,4 km

Banaan / Banane  
Tijgerrol / Roulé  
Tigré

Water/  
AA Drink  
Eau/AA Drink

MIDDELKERKE - DE BRANDING

80

29,9 km

Wafel / Gaufre  
Energy Bar

Water/Koffie  
Eau/Café  
Alpro Choco

VIVES HOGESCHOOL - OOSTENDE  
START 42 KM

80

41,1 km

Soep/Potage  
Pistolet ham of  
kaas / Fromage ou  
jambon

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

BREDENE - WALK-THROUGH

80

42

50,4 km  
12,8 km

TUC /  
Appelsien-Orange

Water / Eau  
Cola

EINSTEINSCHOOL - DE HAAN  
START 25 KM

80

42

56 km  
18,4 km

Rijsttaartje /  
Tarte de riz

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

WENDUINE  
WALK-THROUGH  
(+ SURFING ELEPHANT BEACHCLUB)

80

42

63 km  
25,4 km  
7 km

Chips ( zout-sel)  
Suikerwafel /  
Gaufre sucré

Water /Eau  
Alpro choco

BLANKENBERGE - SPORTDOZE

80

42

69 km  
31,4 km  
13 km

Alpro kers-bosbes  
/ cerise-myrtille  
Frangipan / Wrap

Water / Eau  
Cola

KNOKKE-HEIST  
EVENEMENTENSTRAND DUINBERGEN

80

42

25

10

79 km  
41,4 km  
23 km  
10km

Peperkoek /  
Pain d'épices  
Sultana

Water /Eau  
St. Bernardus  
Alpro choco (kids)