

# AG BELGIAN coast 5 YEARS WALK

11.05.2024

80 KM 42 KM 25 KM 10 KM



## WESTENDE - CALIDRIS

**START / DÉPART 25 KM**

8u00 en 11u00

25

## NIEUWPOORT - YSARA

9u00-19u20

25

8,8 km

## OOSTDUINKERKE - WITTE BURG

9u40-20u45

25

14,8 km

## DE PANNE - DE BOARE - KONINGSPLEIN

**FINISH**

11u05 - 23u30

25

24,9 km

Sinaasappel / Grany /  
Zoute koek / Babelutte  
Orange / Grany / Biscuit  
salé / Babelutte

Water / AA Drink  
Eau / AA Drink

Rijsttaart / Eierwafel /  
Arla Skyr of Melkunie Protein  
(kwark) / Charlie's Choice  
Aveve (Hond)  
Tarte au riz / Gaufre/  
Arla Skyr ou Melkunie protéine  
(fromage frais)  
Charlie's Choice Aveve (Chien)

Water / Nova sap  
Eau / Nova jus

Sultana / Charlie's Choice  
Aveve (Hond)  
Sultana / Charlie's Choice  
Aveve (Chien)

Water / AA Drink /  
St. Bernardus  
Eau / AA Drink /  
St. Bernardus