

AVOND 4 DAAGSE



HEEMSKERK

9 T/M 12 MEI 2023

3, 5 EN 10 KM

WWW.AVONDVIERDAAGSEBEVERWIJK-HEEMSKERK.NL



INHOUD

Dag 1

3 km	4
5 km	7
10 km	11

Dag 2

3 km	18
5 km	20
10 km	23

Dag 3

3 km	30
5 km	32
10 km	35

Dag 4*

3 km	42
5 km	44
10 km	47

• • • • • • • • • •
•
• <u>Afkortingen</u>
•
• RA = rechtsaf
• LA = linksaf
• RD = rechtdoor
• RAH = rechts aanhouden
• LAH = links aanhouden
•
•
• <u>Startlocatie</u>
• Achterzijde Heliomare aan
• De Velst (Heemskerk),
• terhoogte van nummer 3.
•
• • • • • • • • • •

* Let op!

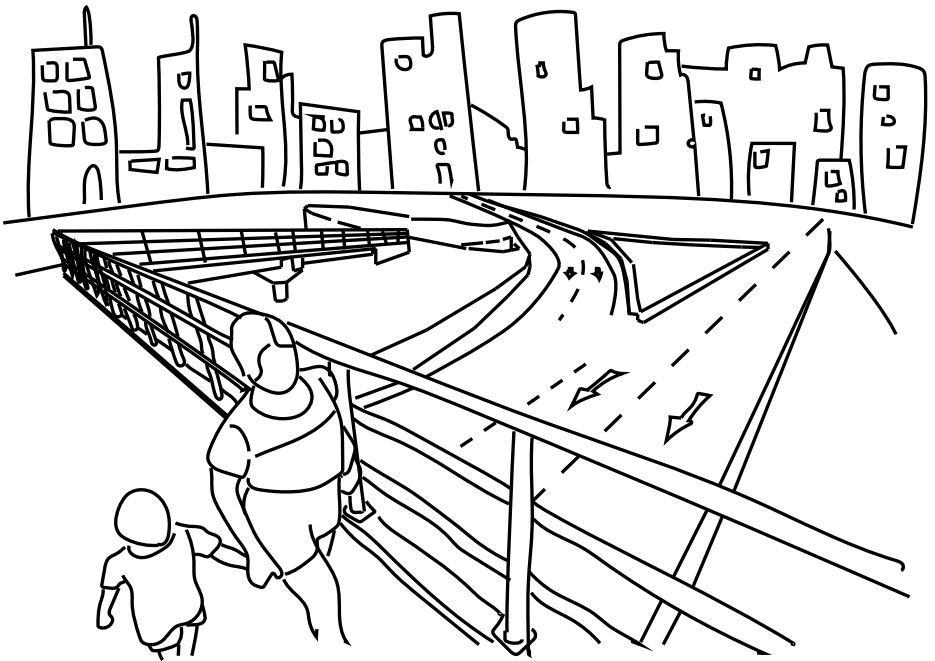
Op vrijdag start de 3 km en de 5 km om 18:30u!
De 10 km start om 18:00u.

Contactgegevens:

In geval van nood bel de starttafel 06 1388 3637 (Jeroen Bakker)

www.avondvierdaagsebeverwijk-heemskerk.nl
info@avondvierdaagsebeverwijk-heemskerk.nl

DAG 1



DAG 1 - 3 km

Start achterzijde van Heliomare De Velst

- LA De Velst
- RA Na gebouw Heliomare
- LA Einde Heliomare (na fietsenstalling - ijzeren hek) en gelijk
- RA Einde smal voetpad (bij Liander gebouw)
- RD Schelpenvoetpad tussen struiken
- RD Op kruising (bij gele afvalbak)
- RA Op volgende kruising – tegelpad – bij school
- RD Op ongelijke kruising (lantaarnpaal 16)
- RAH Graspad gaat over in tegelpad (Woekeven 37 t/m 57)
- RA Op kruising schelpenpad door groenstrook (lantaarnpaal 2)
- RD De Baandert en fietspad oversteken (**LET OP**)
- RD Voetpad door park
- RD Op volgende kruising
- RD Witte brug over
- RA Op T-splitsing (lantaarnpaal 10) voor “de Schuilhoek”
- RD Op volgende kruising (ook lantaarnpaal 10)
- LA 1e pad – Cornelis Geelvinckstraat oversteken
- RD Beatrix van Dongenstraat
- RA Jan van Kuikweg

DAG 1 - 3 km

RD Laan van Assumburg oversteken

RD Jan van Kuikweg vervolgen

RA Voetpad na huisnummer 121

«Splitsing 5 en 10 km»

RD (Jan van Bergenstraat)

RD Vrijburglaan oversteken

LA Voetpad bij wokrestaurant

RA Voor hek “Dierendorp” en gele afvalbak

RD Wittebrug over (hekjes op brug)

RD Op kruising

RD Constantijn Huijgensstraat oversteken

«Samenkomst 5 en 10 km»

RD Brederostraat

LA Van Lennepstraat

RA Staringstraat

RA Bilderdijkstraat

LA Bilderdijkstraat

RD Laan van Assumburg oversteken

RD Louis Couperusstraat

RD Voetpad (tegelpad)

DAG 1 - 3 km

- LA Huibert Pootstraat
- RA Maerelaan
- RD Oversteken bij zebrapad bij rotonde De Baandert
- RD Maerelaan
- RA De Velst – Finish Heliomare



DAG 1 - 5 km

Start achterzijde van Heliomare De Velst

- LA De Velst
- RA Na gebouw Heliomare
- LA Einde Heliomare (na fietsenstalling - ijzeren hek) en gelijk
- RA Einde smal voetpad (bij Liander gebouw)
- RD Schelpenvoetpad tussen struiken
- RD Op kruising (bij gele afvalbak)
- RA Op volgende kruising – tegelpad – bij school
- RD Op ongelijke kruising (lantaarnpaal 16)
- RAH Graspad gaat over in tegelpad (Woekeven 37 t/m 57)
- RA Op kruising schelpenpad door groenstrook (lantaarnpaal 2)
- RD De Baandert en fietspad oversteken (**LET OP**)
- RD Voetpad door park
- RD Op volgende kruising
- RD Witte brug over
- RA Op T-splitsing (lantaarnpaal 10) voor “de Schuilhoek”
- RD Op volgende kruising (ook lantaarnpaal 10)
- LA 1e pad Cornelis Geelvinckstraat oversteken
- RD Beatrix van Dongenstraat
- RA Jan van Kuikweg

DAG 1 - 5 km

RD Laan van Assumburg oversteken

RD Jan van Kuikweg vervolgen

RD Jan van Kuikweg na huisnummer 121

«*Splitsing 3*»

RD Oversteken bij zebrapad bij rotonde G. van Assendelftstraat

RA Jan van Kuikweg vervolgen

LA 1ste straat Veldleeuwerik

LA Ringmus

RA Na huisnummer 20 fietspad

RD Wielewaal oversteken fietspad vervolgen

RD Ringmus oversteken

RD Tuinfluiter

RA Tuinfluiter

«*Splitsing 10 km*»

RD In de bocht naar rechts brug over voetpad (hekjes)

LAH (Merel)

RD Voetpad (Merel) (langs speeltoestellen)

RD (Merel)

RA (Merel) bij huisnummer 116

RD Goudvink oversteken

DAG 1 - 5 km

RD Zwaluw

RA Jan van Kuikweg

«Samenkomst 10 km»

LA Titus Brandsmastraat

RA Y-splitsing Johannes Poststraat

RD Koningin Wilhelminastraat oversteken

LA Voetpad – Koningin Wilhelminastraat

RA Voetpad na bomen voor Karshoffstraat

RD Gerrit van Assendelftstraat oversteken

LA Gerrit van Assendelftstraat

RA Constantijn Huygensstraat

LA Brederostraat

«Samenkomst 3 km»

LA Van Lennepstraat

RA Staringstraat

RA Bilderdijkstraat

LA Bilderdijkstraat

RD Laan van Assumburg oversteken

RD Louis Couperusstraat

RD Voetpad (tegelpad)

DAG 1 - 5 km

LA Huibert Pootstraat

RA Maerelaan

RD Oversteken bij zebrapad bij rotonde De Baandert

RD Maerelaan

RA De Velst

Finish Heliomare

DAG 1 - 10 km

Start achterzijde van Heliomare De Velst

- LA De Velst
- RA Na gebouw Heliomare
- LA Einde Heliomare (na fietsenstalling - ijzeren hek) en gelijk
- RA Einde smal voetpad (bij Liander gebouw)
- RD Schelpenvoetpad tussen struiken
- RD Op kruising (bij gele afvalbak)
- RA Op volgende kruising – tegelpad – bij school
- RD Op ongelijke kruising (lantaarnpaal 16)
- RAH Graspad gaat over in tegelpad (Woekeven 37 t/m 57)
- RA Op kruising schelpenpad door groenstrook (lantaarnpaal 2)
- RD De Baandert en fietspad oversteken (**LET OP**)
- RD Voetpad door park
- RD Op volgende kruising
- RD Witte brug over
- RA T-splitsing (lantaarnpaal 10) voor “de Schuilhoek”
- RD Op volgende kruising (ook lantaarnpaal 10)
- LA 1e pad Cornelis Geelvinckstraat oversteken
- RD Beatrix van Dongenstraat
- RA Jan van Kuikweg

DAG 1 - 10 km

RD Laan van Assumburg oversteken

RD Jan van Kuikweg vervolgen

RD Jan van Kuikweg na huisnummer 121

«Splitsing 3 km»

RD Oversteken bij zebrapad bij rotonde G. van Assendelftstraat

RA Jan van Kuikweg vervolgen

LA 1ste straat Veldleeuwerik

LA Ringmus

RA Na huisnummer 20 fietspad

RD Wielewaal oversteken fietspad vervolgen

RD Ringmus oversteken

RD Tuinfluiter voetpad

RD Tolweg oversteken

«Splitsing 5 km»

LA Berkenhof (woonwagenkamp)

RD Tussenpaaltjes door

RAH Voetpad langs water (water aan de linkerkant)

LA 1ste kruising brug over

RD Luxemburglaan oversteken voetpad vervolgen

LA T-splitsing

DAG 1 - 10 km

- RA T-splitsing Luxemburglaan rechts blijven lopen
- RD Beneluxlaan oversteken
- RD Kennemerlandstraat
- RA Normandiëlaan
- RD Euratomsingel oversteken
- RD Voetpad
- LA T-splitsing
- RA 1ste kruising brug over
- LA Lessestraat
- RA Y-splitsing (Scheldestraat)
- LA Denderstraat
- RA Y-splitsing Denderstaat
- LA Leiestraat
- RA Voetpad (Merwedestraat)
- LA Paalgatlaan tunnel onder spoor door
- LA 1ste Fietspad
- RA Bij huisnummer 11 (Vuistbijl)
- RD Oversteken bij zebrapad Laan van Archeologie
- RD Johanna van Woudelaan
- RA 3de straat Emmy Belinfantelaan

DAG 1 - 10 km

- RD Brug over
- RA (Laan van Broekpolder) Rechts blijven lopen
- RD Oversteken bij zebrapad rotonde
- RD Onder viaduct door
- RA Merwedestraat en gelijk
- LA Dommelsingel
- RA Voetpad na huisnummer 30
- RD Voetpad met bocht naar links (Lekstraat)
- RA (Waalstraat)
- LA Voetpad na huisnummer 4D
- RD Italiëlaan oversteken
- RD Rubiconstraat
- LA Voetpad na huisnummer 134/144 tussen flats door
- RD Tussen hekjes door
- LA T-splitsing en gelijk
- RA Voetpad
- RA Beneluxlaan
- LA Beneluxlaan oversteken (bij huinummer 75 tm 91)
- RD Neckarstraat
- RD Van Egmond van Meeresteynpad

DAG 1 - 10 km

- RA Willem Alexanderplantsoen
- LA Van Riemsdijklaan
- RD Oversteken bij verkeerslichten
- RD Van Riemsdijklaan vervolgen
- RA Hoek Maerten van Heemskerkstraat/Jan van Kuikweg
- RD Jan Ligthartstraat oversteken
- RD Jan van Kuikweg vervolgen

«Samenkomst 5 km»

- LA Titus Brandsmastraat
- RA Y-splitsing Johannes Poststraat
- RD Koningin Wilhelminastraat oversteken
- LA Voetpad – Koningin Wilhelminastraat
- RA Voetpad na bomen voor Karshoffstraat
- RD Gerrit van Assendelftstraat oversteken
- LA Gerrit van Assendelftstraat
- RA Constantijn Huygensstraat

«Samenkomst 3 km»

- LA Brederostraat
- LA Van Lennepstraat
- RA Staringstraat

DAG 1 - 10 km

RA Bilderdijkstraat

LA Bilderdijkstraat

RD Laan van Assumburg oversteken

RD Louis Couperusstraat

RD Voetpad (tegelpad)

LA Huibert Pootstraat

RA Maerelaan

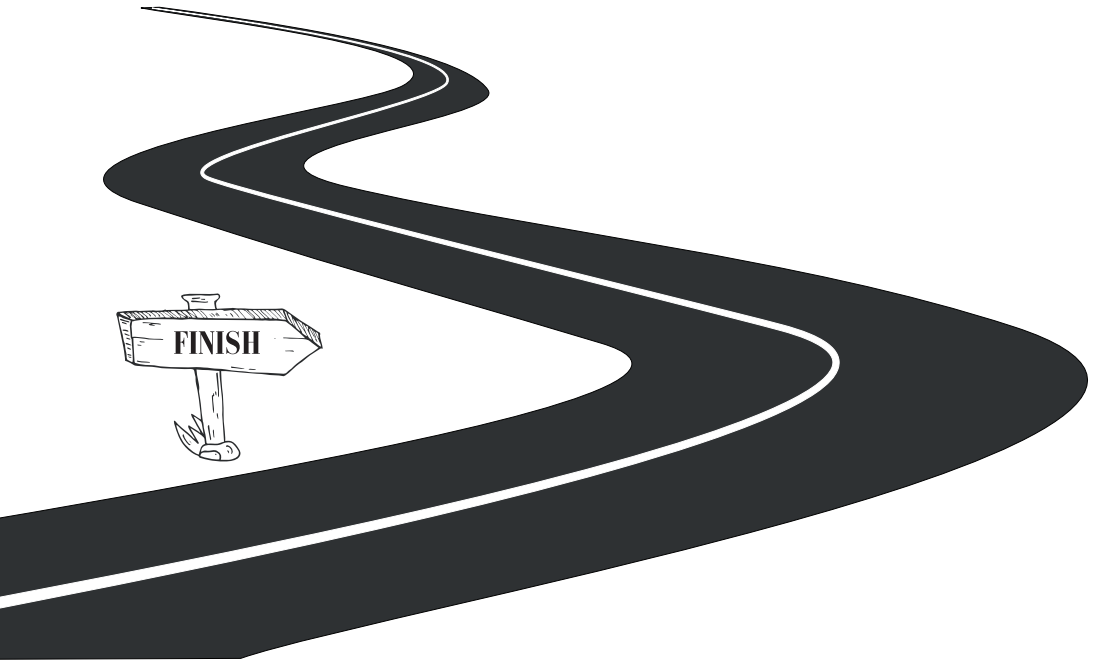
RD Oversteken bij zebrapad bij rotonde De Baandert

RD Maerelaan

RA De Velst

Finish Heliomare

DAG 2



DAG 2 - 3 km

Start achterzijde van Heliomare De Velst

- LA De Velst
- RA Na gebouw Heliomare
- LA Einde Heliomare (na fietsenstalling - ijzeren hek) en gelijk
- RD Voetpad (richting Maerelaan)
- RA Maerelaan (rechterzijde)
- LA Voetpad (Maerelaan oversteken richting witte brug)
- RD Witte brug en Linthorst Homanstraat oversteken
- RD Voetpad volgen en zijpaden links negeren
- LA T-splitsing voetpad vervolgen zijpaden negeren
- RA Tegelpad na lantaarnpaal 26 (bijna einde pad)
- RD Straat volgen met bocht naar rechts en links
- LA Prof. Ten Doesschatestraat (links blijven lopen)
- LA Mozartstraat
- RA Mozartstraat oversteken t.o.v. ingang Rendorppark
- RD Rendorppark
- RA T-Splitsing en straat volgen tot huisnummer 25
- RA Voetpad na huisnummer 25 - rechter zijde water
- RA T-splitsing voetpad vervolgen
- LA Y-splitsing pad vervolgen richting blauw hek

DAG 2 - 3 km

RD Voetpad vervolgen rechts langs Basketbalveld blauw hek

RD Mozartstraat oversteken

«Splüsing 5 en 10 km»

RD Wandelpad lang water (water aan rechterkant) volgen tot Maerelaan

«Samenkomst 5 en 10 km»

RD Bij zebrapad Maerelaan oversteken

LA Bij zebrapad Baandert oversteken

RD Maerelaan

RA De Velst

Finish Heliomare

DAG 2 - 5 km

Start achterzijde van Heliomare De Velst

- LA De Velst
- RA Na gebouw Heliomare
- LA Einde Heliomare (na fietsenstalling - ijzeren hek) en gelijk
- RD Voetpad (richting Maerelaan)
- RA Maerelaan (rechterzijde)
- LA Voetpad (Maerelaan oversteken richting witte brug)
- RD Witte brug en Linthorst Homanstraat oversteken
- RD Voetpad volgen en zijpaden links negeren
- LA T-splitsing voetpad vervolgen zijpaden negeren
- RA Tegelpad na lantaarnpaal 26 (bijna einde pad)
- RD Straat volgen met bocht naar rechte en links
- LA Prof. Ten Doesschatestraat (links blijven lopen)
- LA Mozartstraat
- RA Mozartstraat oversteken t.o.v. ingang Rendorppark
- RD Rendorppark
- RA T-splitsing en straat volgen tot huisnummer 25
- RA Voetpad na huisnummer 25 - rechterzijde water
- RA T-splitsing voet vervolgen
- LA Y-splitsing pad volgen richting blauw hek

DAG 2 - 5 km

- RD Voetpad vervolgen recht langs Basketbalveld blauw hek
- RA Mozartstraat voetpad (rechter zijde blijven)

«*Splitsing 3*»

- RD Bij ingang Meerstate oversteken
- RD Mozartstraat voetpad vervolgen
- RA 1ste voetpad bij gele afvalbak Steenstrapark
- RD Zijpaden negeren tot Y-splitsing bij speeltoestellen
- LA Y-splitsing en gelijk
- LA T-splitsing Rechterzijde water Nekslot
- RD Pad blijven volgen
- RD Bij paal met rood/oranje/paarse route pijl

«*Splitsing 10 km*»

- LAH Op Y-splitsing bij gele afvalbak en lantaarnpaal nr 2
- RD Op kruising
- RD Asfaltpad gaat over in tegelpad (Dukasstraat)
- RD Mozartstraat oversteken
- RD Voetpad tussen woningen hnr 52 en 54 en lantaarnpaal nr 21
- LA Einde tegelpad - Griegstraat

«*Samenkomst 10 km*»

- LA Chopinstraat en gelijk

DAG 2 - 5 km

RA Bellinistraat

LA Rameaustraat

RA Mozartstraat

RA Wandelpad na de brug (water aan de rechterkant) volgen tot Maerelaan

«Samenkomst 3 km»

RD Bij zebrapad Maerelaan oversteken

LA Bij zebrapad Baandert oversteken

RD Maerelaan

RA De Velst

Finish Heliomare



DAG 2 - 10 km

Start achterzijde van Heliomare De Velst

- LA De Velst
- RA Na gebouw Heliomare
- LA Einde Heliomare (na fietsenstalling - ijzeren hek) en gelijk
- RD Voetpad (richting Maerelaan)
- RA Maerelaan (rechterzijde)
- LA Voetpad (Maerelaan oversteken richting witte brug)
- RD Witte brug en Linthorst Homanstraat oversteken
- RD Voetpad volgen en zijpaden links negeren
- LA T-splitsing voetpad vervolgen zijpaden negeren
- RA Tegelpad na lantaarnpaal 26 (bijna einde pad)
- RD Straat volgen met bocht naar rechts en links
- LA Prof. Ten Doesschatestraat (links blijven lopen)
- LA Mozartstraat
- RA Mozartstraat oversteken t.o.v. ingang Rendorppark
- RD Rendorppark
- RA T-splitsing en straat volgen tot huisnummer 25
- RA Voetpad na huisnummer 25 - rechterzijde water
- RA T-splitsing voetpad vervolgen
- LA Y-splitsing pad vervolgen richting blauw hek

DAG 2 - 10 km

RD Voetpad vervolgen rechts langs Basketbalveld blauw hek

RA Mozartstraat voetpad (rechter zijde blijven)

«Splitsing 3 km »

RD Bij ingang Meerstate oversteken

RD Mozartstraat voetpad vervolgen

RA 1ste voetpad bij gele afvalbak Steenstrapark

RD Zijpaden negeren tot Y-splitsing bij speeltoestellen

LA Y-splitsing en gelijk

LA T-splitsing rechterzijde water (Neksloot)

RA 1ste pad bij paal met rood/oranje/paarse route pijl

«Splitsing 5 km»

RA 1ste bruggetje richting Landgoed Marquette

RA Na bruggetje

RD Pad gaat over in graspad

LA Bij hek einde graspad

RD Langs witte slagboom breed pad met parkeerplaatsen

LA Bij hek ingang Marquette oprijlaan

RA Einde pad voor drukke weg en gelijk

RA Oosterweg

DAG 2 - 10 km

- LA 1ste bospad bij lantaarnpaal nummer 3 bord
“welkom bij Landgoed Marquette”
- RAH Y-splitsing voor drukke weg
- RA Einde pad Kerkweg
- LA 1ste voetpad bij hekjes voor huisnummer 237
- LA Einde voetpad (Rijksstraatweg)
- LA (Marquettelaan) voor rotonde en gelijk
- RA Zebrapad oversteken (Marquettelaan)
- RA (Marquettelaan) en gelijk
- LA (Rijksstraatweg) links blijven lopen
- LA 1ste fiets/voetpad bij verkeerslichten
- RA Einde fiets/voetpad Eikvaren
- RD Kruiwilg
- RA Walstro
- RAH Y-splitsing sloot vervolgen rechter zijde
- RA T-splitsing Hondstong blijven volgen
- RA Y-splitsing langs huisnummer 26 en blijven volgen
- LA T-splitsing Vogelkers tot eind
- RA Commandeurslaan
- LA Oosterstreng
- RD Fiets/voetpad vervolgen Oosterstreng en volgen tot Jan Ligthartstraat

DAG 2 - 10 km

- RD Jan Lighthartstraat oversteken
- RD (De Visserstraat) blijven volgen
- RD Jonkheer de Hertainglaan
- RA Graaf van Aremborglaan
- RA T-splitsing (Graaf Willen II laan)
- LA Ridder Arnoudlaan (links blijven lopen)
- LA Marquettelaan en gelijk
- RA Bij rotonde Marquettelaan oversteken bij zebrapad
- RA Marquettelaan en gelijk
- LA Bachstraat
- LA Sweelinckstraat
- RA 2E zijstraat Ravelstraat
- RA Diepenbrockstraat en gelijk
- LA Bartokstraat en geheel uitlopen tot T-Splitsing
- LA T-splitsing Offenbachstraat
- RA Griegstraat

«Samenkomst 5 km»

- LA Chopinstraat en gelijk
- RA Bellinistraat
- LA Rameaustraat

DAG 2 - 10 km

RA Mozartstraat

RA Wandelpad na de brug (water aan de rechterkant) volgen tot Maerelaan

«Samenkomst 3 km»

RD Bij zebrapad Maerelaan oversteken

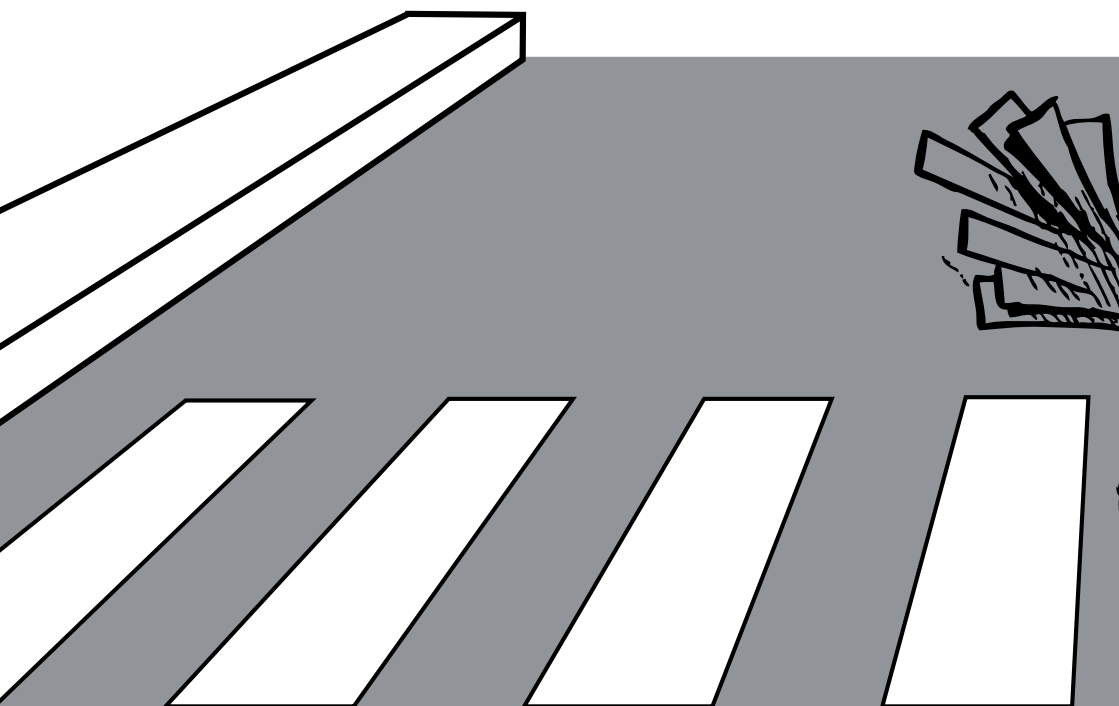
LA Bij zebrapad Baandert oversteken

RD Maerelaan

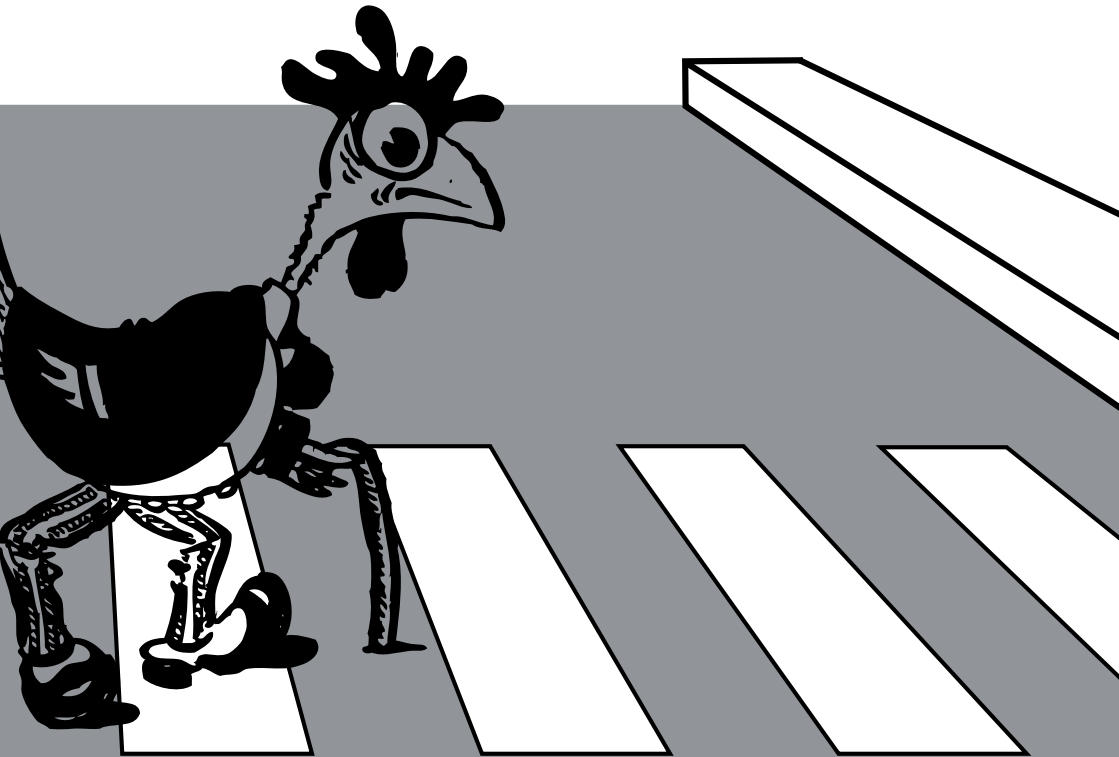
RA De Velst

Finish Heliomare

Waarom stak de kip de weg over....?



DAG 3



DAG 3 - 3 km

Start achterzijde van Heliomare De Velst

LA De Velst

RA Na gebouw Heliomare

LA Einde Heliomare (na fietsenstalling - ijzeren hek) en gelijk

RD Voetpad (richting Maerelaan)

LA Maerelaan

RA Jean Monnetstraat (Maerelaan oversteken)

RD Jean Monnetstraat (geheel uitlopen met bocht naar links)

LA Mozartstraat linkerzijde blijven

RD De Baandert oversteken

RD Mozartstraat vervolgen – linkerzijde blijven

LA Rossinistraat

RD Rossinistraat links vervolgen tot Beethovenstraat

«Splitsing 5 en 10 km»

LA Beethovenstraat

RD Rotonde Laan van Assumburg links blijven lopen

RD Voetpad langs Cruijff Court

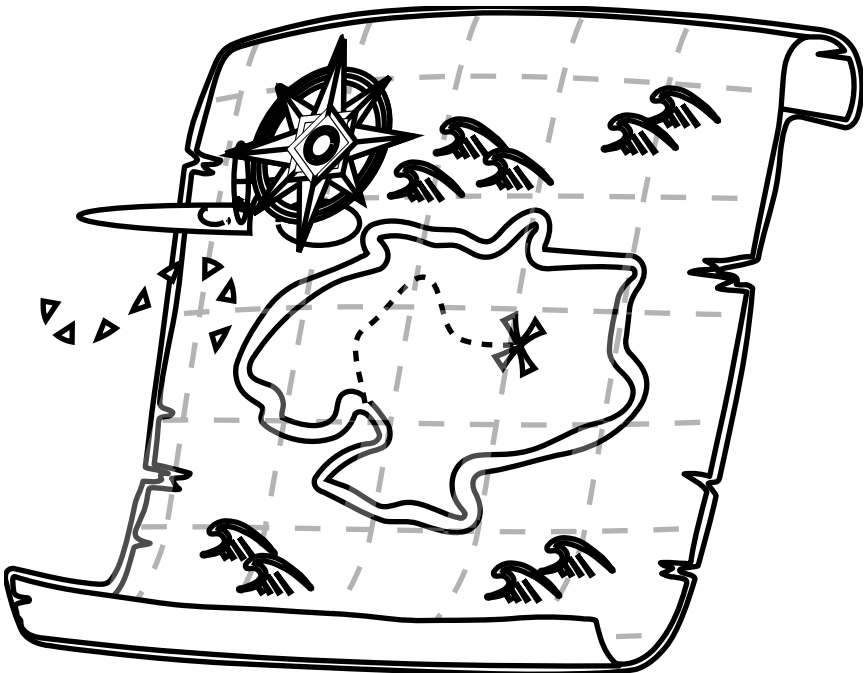
«Samenkomst 5 en 10»

LA Cornelis Geelvinckstraat (linkerzijde)

LA Voetpad (t.o.v. huisnummer 30)

DAG 3 - 3 km

- RA Voetpad (T-splitsing voor skatepark richting witte brug)
- RD Witte brug over
- LA Op kruising na brug lantaarnpaal 12 volgen tot Maerelaan
- RA Maerelaan rechterzijde blijven
- RD De Baandert rotonde oversteken bij zebraapad
- RD Maerelaan
- LA De Velst
- Finish Heliomare



DAG 3 - 5 km

Start achterzijde van Heliomare De Velst

- LA De Velst
- RA Na gebouw Heliomare
- LA Einde Heliomare (na fietsenstalling - ijzeren hek) en gelijk
- RD Maerelaan oversteken
- RD Jean Monnetstraat
- RA Linthorst Homanstraat
- LA Voetpad tegenover witte brug
- RD Voetpad volgen en zijpaden links negeren
- LA T-splitsing voetpad vervolgen zijpaden negeren
- LA Mozartstraat linkerzijde blijven
- RD De Baandert oversteken
- RD Mozartstraat vervolgen – linkerzijde blijven
- LA Rossinistraat

«Splitsing 3 km»

- RA Puccinistraat (bij huisnummer 494 Rossinistraat)
- LA Einde straat Chopinstraat en gelijk
- RA (Bachstraat) Rechterzijde blijven
- LA Bachtstraat oversteken t.o. huisnr. 83 t/m 111
- RD Gounodstraat

DAG 3 - 5 km

- RA Handelstraat
- LA A. Verherenstraat/Ingen Houszstraat en gelijk
- RA Zamenhof en met bocht mee naar rechts
- LA Zamenhof vervolgen
- RD Voetpad (huisnummer 8) Zamenhof/Raadhuisstraat
- LA Raadhuisstraat
- RA Kerklaan
- LA Deutzstraat linkerzijde blijven
- RD Rotonde (Burg, Nielenplein) oversteken
- RD Kerkplein
- RD Zaalberglaan
- RA Poelenburglaan
- LA 1ste kruising (Maerten van Heemskerckstraat)
lantaarnpaal 18 linkszijde blijven
- «Splitsing 10 km»*
- LA Karshoffstraat linkerzijde blijven
- RD Karshoffstraat oversteken (Koningin Wilhelminastraat)
- LA Voetpad (Cnossenpad) (na vijver voor bomen)
- «Samenkomst 10 km»*
- RD Voetpad vervolgen tot Gerrit van Assendelftstraat

DAG 3 - 5 km

- RD Gerrit van Assendelftstraat oversteken
- RA Gerrit van Assendelftstraat
- LA Vrijburglaan pad langs Dierendorp volgen
- RAH Y-splitsing pad groene park rotonde en gelijk
- LAH Y-Splitsing lantaarnpaal 23 en weer gelijk
- RA Langs wokrestaurant volgen tot Laan van Assumburg
- RD Laan van Assumburg oversteken
- RA Voetpad langs Cruijff Court

«Samenkomst 3, 5 en 10 km»

- LA Cornelis Geelvinckstraat (linkerzijde)
 - LA Voetpad (t.o.v. huisnummer 30)
 - RA Voetpad (T-splitsing voor skatepark richting witte brug)
 - RD Witte brug over
 - LA Op kruising na brug lantaarnpaal 12 volgen tot Maerelaan
 - RA Maerelaan rechterzijde blijven
 - RD De Baandert rotonde oversteken bij zebrapad
 - RD Maerelaan
 - LA De Velst
- Finish Heliomare

DAG 3 - 10 km

Start achterzijde van Heliomare De Velst

- LA De Velst
 - RA Na gebouw Heliomare
 - LA Einde Heliomare (na fietsenstalling - ijzeren hek) en gelijk
 - RD Maerelaan oversteken
 - RD Jean Monnetstraat
 - RA Linthorst Homanstraat
 - LA Voetpad tegenover witte brug
 - RD Voetpad volgen en zijpaden links negeren
 - LA T-splitsing voetpad vervolgen zijpaden negeren
 - LA Mozartstraat linkerzijde blijven
 - RD De Baandert oversteken
 - RD Mozartstraat vervolgen – linkerzijde blijven
 - LA Rossinistraat
- «Splitsing 3 km»*
- RA Puccinistraat (bij Huisnummer 494 Rossinistraat)
 - LA Einde straat Chopinstraat en gelijk
 - RA (Bachstraat) Rechterzijde blijven
 - LA Bachtstraat oversteken t.o. huisnr. 83 t/m 111
 - RD Gounodstraat

DAG 3 - 10 km

- RA Handelstraat
- LA A. Verherenstraat/Ingen Houszstraat en gelijk
- RA Zamenhof en met bocht mee naar rechts
- LA Zamenhof vervolgen
- RD Voetpad (huisnummer 8) Zamenhof/Raadhuisstraat
- LA Raadhuisstraat
- RA Kerklaan
- LA Deutzstraat Linkerzijde blijven
- RD Rotonde (Burg, Nielenplein) oversteken
- RD Kerkplein
- RD Zaalberglaan
- RA Poelenburglaan
- RD (Maerten van Heemskerckstraat) oversteken
- «Splitsing 5 km»*
- RD Jan van Scorelstraat
- LA Muilmanslaan
- RD Carel van Manderstraat oversteken
- RD Muilmanslaan vervolgen
- RA T-splitsing (Pieter Breughelstraat) en gelijk
- LA Jan Steenstraat

DAG 3 - 10 km

- RA T-splitsing (Hobbemastraat)
- LA Jacob Marisstraat
- RD Jan van Lighthartstraat oversteken bij verkeerslichten
- RD Voetpad Starweg linkerzijde blijven
- LAH Y-splitsing direct na flat
- RA Direct voorbij speeltoestellen schelpenpad
- RD (Beslooten acker oversteken) langs huisnummer 31/37
- RD Pad vervolgen
- RAH Y-splitsing Schelpenpad gaat aan het einde over in tegelpad
- RA Direct asfaltpad voor huisnummer 12
- RD Asfaltpad volgen langs voetbalkooi
- RA T-Splitsing lantaarnpaal 25 Suyckers acker en direct
- LA Tegelpad bij lantaarnpaal 26
- RD (Ruyn acker) oversteken voetpad vervolgen
- RD (Sybrands acker) oversteken voetpad vervolgen
- RD Einde tegelpad Water acker oversteken (bij A.H.)
- RD Fietspad
- RD Rijksstraatweg oversteken bij zebrapad
- RD De Smidse
- RA Lijnbaan

DAG 3 - 10 km

- LA Strengweg
- LA Kleine Houtweg blijven volgen tot fietstunnel
- LA Fietstunnel onderdoor
- LA 1ste voetpad
- LA Voor de brug schelpenpad door natuur gebeid volgen
- LA Y-splitsing sloot links houden
- LA T-splitsing brug over schelpenpad vervolgen
- RA Einde schelpenpad
- RA Rijksstraatweg
- LA Schelpenpad t.o.v. huisnummer 5
- LAH (Botter acker)
- RA Weg acker en gelijk
- RA Na bocht langs speelplaats school (Weg acker)
- LA Maerten van Heemskerckstraat
- LA (Maerten van Heemskerckstraat) bij huisnummer 102
- RD Doodlopende weg in (Maerten van Heemskerckstraat)
- LA Jan Lighthartstraat
- RA Jan Lighthartstraat oversteken bij zebrapad
- LA Jan Lighthartstraat en gelijk
- RA Breedslaglaan

DAG 3 - 10 km

- RA Westerheem
- LA Cnossenpad
- RD Koningin Wilhelminastraat/Karshoffstraat oversteken

«Samenkomst 5 km»

- RD Voetpad vervolgen tot Gerrit van Assendelftstraat
- RD Gerrit van Assendelftstraat oversteken
- RA Gerrit van Assendelftstraat
- LA Vrijburglaan pad langs Dierendorp volgen
- RAH Y-splitsing pad groene park rotonde en gelijk
- LAH Y-Splitsing lantaarnpaal 23 en weer gelijk
- RA Langs wokrestaurant volgen tot Laan van Assumburg
- RD Laan van Assumburg oversteken
- RA Voetpad langs Cruijff Court

«Samenkomst 5 en 10»

- LA Cornelis Geelvinckstraat (linkerzijde)
- LA Voetpad (t.o.v. huisnummer 30)
- RA Voetpad (T-splitsing voor skatepark richting witte brug)
- RD Witte brug over
- LA Op kruising na brug lantaarnpaal 12 volgen tot Maerelaan
- RA Maerelaan rechterzijde blijven

DAG 3 - 10 km

RD De Baandert rotonde oversteken bij zebrapad

RD Maerelaan

LA De Velst

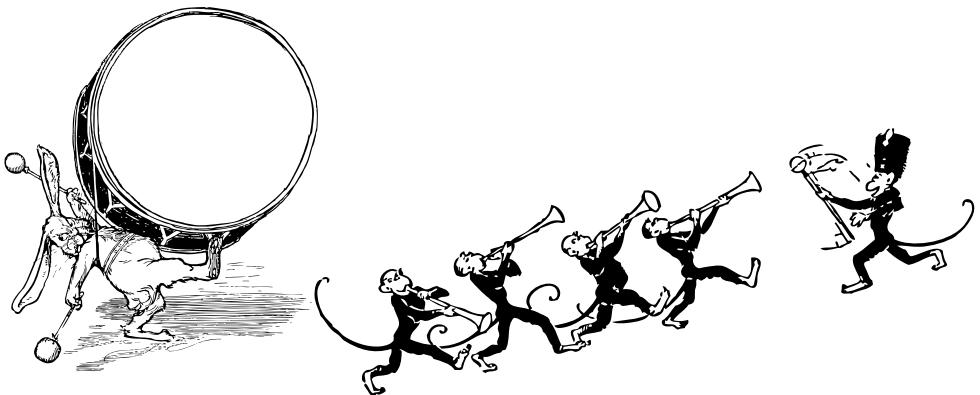
Finish Heliomare

DAG 4

Let op!

3 km en 5 km starten om 18:30u.

10 km start om 18:00u.



DAG 4 - 3 km

Start achterzijde van Heliomare De Velst

LA De Velst

RA Na gebouw Heliomare

LA Einde Heliomare (na fietsenstalling - ijzeren hek) en gelijk

RD Voetpad (richting Maerelaan)

LA Maerelaan

RD De Baandert oversteken

RD Maerelaan linkerzijde blijven

LA Huibert Pootstraat

RA Potgieterstraat (na garage boxen)

RD Laan van Assumburg oversteken

RD P.C. Hooftstraat

LA Brederostraat

RA Constantijn Huygensstraat

«splitsing 5 en 10 km»

LA Gerrit van Assendelftstraat en gelijk

RA Gerrit van Assendelftstraat oversteken t.o. voetpad

RD Park in voetpad water aan rechterzijde blijven volgen tot Koningin
Wilhelminastraat

RD Koningin Wilhelminastraat oversteken

RD Cnossenpad

DAG 4 - 3 km

verzamelplaats muziekroute

«samenk 5 en 10 km»

Muziekroute (1.8 km)

- LA Grasveld Johannes Poststraat/Koningin Wilhelminastraat)
- LA Koningin Wilhelminastraat en direct
- RD Karshoffstraat
- RA Maerten van Heemskerckstraat (blijven volgen tot Kerkplein)
- LA Kerkplein
- RA Burgemeester Nielenplein
- LA Maerelaan
- RD Beethovenstraat/Laan van Assumburg bij zebrapad rotonde oversteken
- RD Maerelaan rechterzijde
- RD De Baandert (bij zebrapad rotonde oversteken)
- RD Maerelaan
- RA De Velst
- Finish Heliomare

DAG 4 - 5 km

Start achterzijde van Heliomare De Velst

LA De Velst

RA Na gebouw Heliomare

LA Einde Heliomare (na fietsenstalling - ijzeren hek) en gelijk

RD Voetpad (richting Maerelaan)

LA Maerelaan

RD De Baandert oversteken

RD Maerelaan linkerzijde blijven

LA Huibert Pootstraat

RA Potgieterstraat (na garage boxen)

RD Laan van Assumburg oversteken

RD P.C. Hoofdstraat

LA Brederostraat

RD Constantijn Huygensstraat oversteken

«splitsing 3 km»

RD Park in

RD Brug over

RD Voetpad langs hek kinderboerderij

LA 1ste tegelpad tussen bomen door

RD Vrijburglaan oversteken

DAG 4 - 5 km

- RD Simon van Haerlemstraat
- RA Jan van Kuikweg
- RD Gerrit van Assendelftstraat (bij zebrapad oversteken)
- RD Jan van Kuikweg rechterzijde blijven
- LA Jan van Kuikweg oversteken na Anne Frank school
- RD Veldleeuwerek
- LA Ringmus blijven volgen met bochten naar links en rechts
- RD Ringmus blijven volgen
- «splitsing 10 km»*
- LA Veldleeuwerek
- RA Merel
- LA Jan van Kuikweg
- RA Titus Brandsmastraat
- RA Johannes Poststraat
- LA Grasveld op t.o.v. Dobbestraat/J. Poststraat bij losloopplaats
voor honden
- RD Cnossenpad (grasveld)

verzamelplaats muziekroute

«Samenk 3 en 10 km»

DAG 4 - 5 km

Muziekroute (1.8 km)

- LA grasveld Johannes Poststraat/Koningin Wilhelminastraat)
- LA Koningin Wilhelminastraat en direct
- RD Karshoffstraat
- RA Maerten van Heemskerckstraat (blijven volgen tot Kerkplein)
- LA Kerkplein
- RA Burgemeester Nielenplein
- LA Maerelaan
- RD Beethovenstraat/Laan van Assumburg bij zebrapad rotonde oversteken
- RD Maerelaan rechterzijde
- RD De Baandert (bij zebrapad rotonde oversteken)
- RD Maerelaan
- RA De Velst
- Finish Heliomare

DAG 4 - 10 km

Start achterzijde van Heliomare De Velst

LA De Velst

RA Na gebouw Heliomare

LA Einde Heliomare (na fietsenstalling - ijzeren hek) en gelijk

RD Voetpad (richting Maerelaan)

LA Maerelaan

RD De Baandert oversteken

RD Maerelaan linkerzijde blijven

LA Huibert Pootstraat

RA Potgieterstraat (na garage boxen)

RD Laan van Assumburg oversteken

RD P.C. Hooftstraat

LA Brederostraat

RD Constantijn Huygensstraat oversteken

«splitsing 3 km»

RD Park in

RD Brug over

RA Voetpad langs hek kinderboerderij

LA 1ste tegelpad tussen bomen door

RD Vrijburglaan oversteken

DAG 4 - 10 km

- RD Simon van Haerlemstraat
- RA Jan van Kuikweg rechterzijde blijven
- RD Gerrit van Assendelftstraat (bij zebrapad oversteken)
- RD Jan van Kuikweg rechterzijde blijven
- LA Jan van Kuikweg oversteken na Anne Frank school
- RD Veldleeuwerik
- LA Ringmus blijven volgen met bochten naar links en rechts
- RD Ringmus blijven volgen tot huisnummer 52 lantaarnpaal 27
- LA Tuinfluiter

«splitsing 5 km»

- RD Fiets/voetpad Tuinfluiter
- RD Tolweg oversteken
- RA Zuilenburg water aan rechterzijde
- RA Zuilenburg water aan rechterzijde
- RA Walenburg
- RA Vredenburg
- LAH Vredenburg (in de bocht naar links huisnummer 23)
- LAH Vredenburg (in de bocht naar links huisnummer 38)
- RA Y-splitsing Walenburg (huisnummer 65)
- LA T-splitsing (voor huisnummer 55)

DAG 4 - 10 km

- RA Sandenburg
- RAH In de bocht naar links bij huisnummer 70 lantaarnpaal 15 park in
(asfalt voetpad langs water)
- RA 1ste kruising naar witte brug
- RD Witte brug over
- RD Tussen hekjes door (Luxemburglaan) oversteken
- RD Tussen hekjes door voetpad volgen
- RA T-splitsing volgen tot water
- LA (Beneluxlaan) water aan rechter kant
- RA (Beneluxlaan) brug over
- RD (Slowakijestraat)
- RA Hongarijestraat
- LA T-splitsing (Oostenrijkstraat)
- RA Duitslandlaan rechterzijde blijven
- RD Luxemburglaan oversteken en gelijk
- LA Duitslandlaan oversteken
- RD Voetpad tussen grasvelden rechterzijde water
- RD Kruising pad vervolgen
- RA Luxemburglaan
- RA Egmond van Meeresteynpad
- LA 1ste pad langs Animal Farm Willem Alexanderplantsoen

DAG 4 - 10 km

- RD Pad vervolgen
- RA T-splitsing einde vijver fiets/voetpad (Foreestpad)
- RA Willem Alexanderplantsoen
- LA Van den Broekestraat
- RA Van der Hoopstraat
- LA Van Riemsdijklaan
- RD Plesmanweg bij verkeerslichten oversteken
- RD Van Riemsdijklaan
- RD Jan van Kuikweg/Maarten van Heemskerckstraat oversteken en gelijk
- LA 1ste Fiets/voetpad na huisnummer 103D lantaarnpaal 42
- LA T-splitsing (Weg acker) volgen tot speelplaats (Lunetten) school
- RAH Gaat over in Pad acker en volgen tot Water acker
- RA Water acker en gelijk
- RA Fiets/voetpad blijven volgen
- RD Kruising schelpenpad
- RD Gaat over in tegelpad
- RD T-Splitsing (Weg acker) oversteken
- LA (Weg acker) richting rotonde
- RA Voor rotonde Jan Ligthartstraat en gelijk
- LA Jan Ligthartstraat bij zebrapad oversteken

DAG 4 - 10 km

- LA Jan Ligthartstraat en gelijk
- RA Breedslaglaan rechterzijde blijven
- RA Westerheem
- LA Cnossenpad

verzamelplaats muziekroute

«Samenke 3 en 5 km»

Muziekroute (1.8 km)

- LA grasveld Johannes Poststraat/Koningin Wilhelminastraat)
- LA Koningin Wilhelminastraat en direct
- RD Karshoffstraat
- RA Maerten van Heemskerckstraat (blijven volgen tot Kerkplein)
- LA Kerkplein
- RA Burgemeester Nielenplein
- LA Maerelaan
- RD Beethovenstraat/Laan van Assumburg (bij zebrapad rotonde oversteken)
- RD Maerelaan rechterzijde
- RD De Baandert (bij zebrapad rotonde oversteken)
- RD Maerelaan
- RA De Velst
- Finish Heliomare

MEER INFO:

WWW.AVONDVIERDAAGSEBEVERWIJK-HEEMSKERK.NL



avond
4daagse

