

5 km (4,6 km)

Zeemansloop 2022

Deze route is rolstoelvriendelijk! Ook wandelaars met een buggy of rollator en scootmobielberijders kunnen van deze route gebruik maken.

Deze route is helemaal gemarkeerd met ZML-pijlen (zwart-op-wit)

1. **ra** vanuit **Houtrust Squash**, Laan van Poot, zijweg negeren
2. **ra** Houtrustweg, langs tankstation
3. **rd** Sportlaan via zebra **ovs** (!) en **rd**, Houtrustweg (0,5 km)
4. **la** bij **vkl** via zebra weg **ovs** en **rd**, over Houtrustbrug

Splitsing; 10-15-20-30-40km gaan rechtdoor, 5km gaat linksaf

5. **la** Conradkade **lz** -> Van Boetzelaerlaan **lz** -> Kranenburgweg **lz** (1,3 km)
6. **rd** bij gemaal (links), fietspad **ovs** en **rd**, Kranenburgweg **lz**
7. **ra** na Van Foreeststraat, weg **ovs** en meteen **la**, Kranenburgweg **rz**
8. **rd** Westduinweg **ovs** en **rd**, Kranenburgweg, zijstraat negeren
9. **rd** weg **ovs** en meteen **ra**, Doctor Lelykade **lz**
10. **ra** langs de jachthaven

Eventueel rust bij Oma Toos (2,0 km)

11. **rd** langs de haven

Samenloop met 10-15-20-30-40km

12. **ra** vóór het **Havenpaleis** en weg en weg **ovs** en meteen
13. **la** Doctor Lelykade tot de rotonde bij Schokkerweg/Westduinweg (2,6 km)

Wie naar de Boulevard en/of het strand wil, slaat vóór de rotonde linksaf en volgt dan gewoon de weg, ongeveer 650m. Terug vanaf het strand/Boulevard volgt u vanaf de rotonde op de Boulevard bij de Vissershavenweg de pijlen tot de Zeesluisweg en daar gaat u rechtdoor tot de rotonde. Daar steekt u via de zebra twee wegen over en gaat dan verder met punt 15 van deze beschrijving.

14. **ra** vóór de rotonde en **rd**, via zebra weg **ovs** en meteen
15. **ra** Westduinweg **lz**
16. **la** Schelvisstraat
17. **ra** Scholstraat **rz**, zijstraat negeren
18. **sl** Zalmstraat **ovs** en **rd**, Scholstraat (3,1 km)
19. **rd** Statenlaan **ovs** en meteen
20. **la** Van Boetzelaerlaan **ovs** en direct
ra klinkerpad naast trambaan, zijweg negeren
21. **ra** via zebra **ovs** en meteen **la**, langs terras **Happy Days** (3,8 km)
22. **ra** Willem de Zwijgerlaan **lz**
23. **rd** Kranenburgweg **ovs** en **rd**, voet-/fietspad langs gemaal

24. **la** voetpad langs Houtrustweg **lz** (!)
25. **ra** na kruising, weg en fietspad **ovs** (!) en **rd**, Laan van Poot **lz**
26. **la** **finish bij *Houtrust Squash*** (4,6 km)

