**5 km-route Zeemansloop 2024 (6,0 km)**

Deze route is helemaal gemarkeerd met zwart-op-wit pijlen (zie blz. 2).

**Start vanuit startbureau via terras**

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

1. **ra** Laan van Poot
2. **la** ná Tjalie Robinsonduin weg **ovs** en meteen **ra**, Laan van Poot **lz**
3. **rd** fietspad (**!**) en weg **ovs** en meteen **la**, Houtrustweg
4. **ra** voet-/fietspad langs gemaal
5. **rd** weg **ovs** en **rd**, Willem de Zwijgerlaan **rz** **(0,9 km)**

**Splitsing; bij *Happy Days* gaat 5km-route linksaf, 10-15-20-30-40km-route rechtsaf**

1. **la** weg **ovs** (2x) en meteen
2. **ra** via zebra **ovs** en direct
3. **la** voetpad tussen Van Boetzelaerlaan en trambaan, zijweg negeren **(1,5 km)**
4. **la** vóór Statenlaan weg **ovs** en meteen
5. **ra** Statenlaan **ovs** (2x) en **rd**, Scholstraat, buigt naar links
6. **la** Zalmstraat **ovs** en **rd**, Scholstraat **lz** vervolgen tot einde
7. **la** Lindoduin
8. **ra** Westduinweg **(2,2 km)**
9. **la** na rotonde via zebra **ovs** en **rd**, langs perron van tramhalte
10. **rd** weg **ovs** en **rd**, voetpad links naast fietspad
11. **ra** fietspad **ovs** en meteen **la**, Kompasstraat, trottoir **rz**
12. **rd** Vuurbaakstraat **ovs** en **rd**, Kompasstraat, trottoir **rz**
13. **ra** in bocht, voetpad **(2,9 km)**
14. **sl** weg en fietspad **ovs** en meteen **la**, Boulevard **(3,5 km)**

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

1. **la** na de rotonde weg **ovs** en **rd**, Vissershavenweg
2. **rd** Visafslagweg **ovs** en **rd**, Vissershavenweg
3. **sl** na ingang haventerrein, Treilerdwarsweg en vrijwel direct
4. **ra** Schokkerweg
5. **rd** weg **ovs** en meteen **ra**, Zeesluisweg **lz**
6. **la** vóór hekwerk, trappen af

**Deelnemers met buggy, rollator en scootmobiel of in een rolstoel kunnen gebruik maken van de aangegeven ‘rolstoelbaan’**

1. **rd** voetpad langs de Tweede Haven **(4,1 km)**
2. **ra** voetpad langs de Tweede Haven

**Eventueel RUST bij *Oma Toos* (4,7 km)**

1. **rd** voetpad langs de jachthaven
2. **la** ná restaurant ***Catch by Simonis***
3. **ra** Doctor Lelykade
4. **la** weg **ovs** en **rd**, Kranenburgweg **lz**, zijstraat negeren
5. **rd** Westduinweg via zebra **ovs** en **rd**, Kranenburgweg **lz**
6. **ra** bij einde/begin fietspad weg **ovs** en meteen **la**, Kranenburgweg **rz (5,5 km)**
7. **ra** voet-/fietspad langs gemaal
8. **la** voetpad langs Houtrustweg **lz** (**!**)
9. **ra** na kruising, weg en fietspad **ovs** (**!**) en **rd**, Laan van Poot **lz**
10. **la** finish bij **Houtrust Squash (6,0 km)**

