

Post	Plaats	km afstand	post open	post toe	Traject	4,25 km/h		4,5 km/h		4,75 km/h		5 km/h	
Bornem	Start Fortis	0,00	15:00	21:30	0,00		21:00		21:00		21:00		21:00
Bornem	Start Kruisberg	1,13	21:00	21:30	1,13	0:15	21:15	0:15	21:15	0:14	21:14	0:13	21:13
Weert	kerk	7,40	21:31	23:08	6,27	1:28	22:44	1:23	22:38	1:19	22:33	1:15	22:28
Bornem	Friesland Nutric	17,32	22:15	1:20	9,92	2:20	1:04	2:12	0:50	2:05	0:38	1:59	0:27
Wintam	Parochiehuis	24,39	22:47	2:54	7,07	1:39	2:44	1:34	2:25	1:29	2:08	1:24	1:52
Kalfort	Café 't Fixke	33,10	23:29	4:50	8,71	2:02	4:47	1:56	4:21	1:50	3:58	1:44	3:37
Breendonk	den Duvel	39,81	0:05	6:28	6,71	1:34	6:22	1:29	5:50	1:24	5:22	1:20	4:57
Steenhuffel	den Palm	49,22	0:55	8:35	9,41	2:12	8:34	2:05	7:56	1:58	7:21	1:52	6:50
Merchtem	sporthal	56,49	1:39	10:24	7,27	1:42	10:17	1:36	9:33	1:31	8:53	1:27	8:17
Buggenhout	sporthal	65,67	2:36	12:36	9,18	2:09	12:27	2:02	11:35	1:55	10:49	1:50	10:08
Opdorp	De Capelderij	70,77	3:13	13:58	5,10	1:12	13:39	1:08	12:43	1:04	11:53	1:01	11:09
Lippelo	school	75,02	3:41	14:59	4,25	1:00	14:39	0:56	13:40	0:53	12:47	0:51	12:00
Puurs	sporthal	80,22	4:17	16:15	5,20	1:13	15:52	1:09	14:49	1:05	13:53	1:02	13:02
Oppuurs	De Mispel	84,63	4:51	17:25	4,41	1:02	16:54	0:58	15:48	0:55	14:49	0:52	13:55
St Amands	sporthal	89,66	5:31	18:43	5,03	1:11	18:05	1:07	16:55	1:03	15:52	1:00	14:55
Branst	Zates	94,56	6:12	20:02	4,90	1:09	19:14	1:05	18:00	1:01	16:54	0:58	15:54
Bornem	tent kerkplein	100,00	7:00	21:30	5,44	1:16	20:31	1:12	19:13	1:08	18:03	1:05	17:00

Post	Plaats	km afstand	post open	post toe	Traject	5,25 km/h		5,5 km/h		5,75 km/h		6 km		6,25 km/h	
Bornem	Start Fortis	0,00	15:00	21:30	0,00		21:00		21:00		21:00		21:00		21:00
Bornem	Start Kruisberg	1,13	21:00	21:30	1,13	0:12	21:12	0:12	21:12	0:11	21:11	0:11	21:11	0:10	21:10
Weert	kerk	7,40	21:31	23:08	6,27	1:11	22:24	1:08	22:20	1:05	22:17	1:02	22:14	1:00	22:11
Bornem	Friesland Nutric	17,32	22:15	1:20	9,92	1:53	0:17	1:48	0:08	1:43	0:00	1:39	23:53	1:35	23:46
Wintam	Parochiehuis	24,39	22:47	2:54	7,07	1:20	1:38	1:17	1:26	1:13	1:14	1:10	1:03	1:07	0:54
Kalfort	Café 't Fixke	33,10	23:29	4:50	8,71	1:39	3:18	1:35	3:01	1:30	2:45	1:27	2:31	1:23	2:17
Breendonk	den Duvel	39,81	0:05	6:28	6,71	1:16	4:34	1:13	4:14	1:10	3:55	1:07	3:38	1:04	3:22
Steenhuffel	den Palm	49,22	0:55	8:35	9,41	1:47	6:22	1:42	5:56	1:38	5:33	1:34	5:12	1:30	4:52
Merchtem	sporthal	56,49	1:39	10:24	7,27	1:23	7:45	1:19	7:16	1:15	6:49	1:12	6:24	1:09	6:02
Buggenhout	sporthal	65,67	2:36	12:36	9,18	1:44	9:30	1:40	8:56	1:35	8:25	1:31	7:56	1:28	7:30
Opdorp	De Capelderij	70,77	3:13	13:58	5,10	0:58	10:28	0:55	9:52	0:53	9:18	0:51	8:47	0:48	8:19
Lippelo	school	75,02	3:41	14:59	4,25	0:48	11:17	0:46	10:38	0:44	10:02	0:42	9:30	0:40	9:00
Puurs	sporthal	80,22	4:17	16:15	5,20	0:59	12:16	0:56	11:35	0:54	10:57	0:52	10:22	0:49	9:50
Oppuurs	De Mispel	84,63	4:51	17:25	4,41	0:50	13:07	0:48	12:23	0:46	11:43	0:44	11:06	0:42	10:32
St Amands	sporthal	89,66	5:31	18:43	5,03	0:57	14:04	0:54	13:18	0:52	12:35	0:50	11:56	0:48	11:20
Branst	Zates	94,56	6:12	20:02	4,90	0:56	15:00	0:53	14:11	0:51	13:26	0:49	12:45	0:47	12:07
Bornem	tent kerkplein	100,00	7:00	21:30	5,44	1:02	16:02	0:59	15:10	0:56	14:23	0:54	13:40	0:52	13:00