

Afstand	Tijdstabel		Plaats
	42 km	45 km	
0,0	11:00	11:00	Ljouwert,Cambuurplein, geneutraliseerd
0,0	11:03	11:03	Groningerstraatweg
1,0	11:04	11:04	<b>EB Ljouwert</b>
6,7	11:12	11:11	<b>Hurdegaryp</b>
11,8	11:19	11:18	<b>Feanwalden</b>
16,0	11:25	11:24	<b>De Falom</b>
18,5	11:29	11:27	<b>Damwald</b>
22,2	11:34	11:32	<b>Dokkum</b>
26,6	11:41	11:38	<b>Sybrandahus</b>
34,3	11:52	11:48	<b>Tergreft</b>
38,9	11:58	11:54	<b>Hallum</b>
53,3	12:19	12:14	<b>Marssum</b>
65,7	12:36	12:30	<b>Frjentsjer</b>
69,7	12:42	12:35	<b>Hjerbeam</b>
74,2	12:49	12:41	<b>Harns</b>
88,1	13:08	13:00	<b>Wymarsum</b>
93,8	13:17	13:08	<b>Boalsert</b>
100,6	13:26	13:17	<b>Parregea</b>
106,1	13:34	13:24	<b>Warkum</b>
118,8	13:52	13:41	<b>Molkwerum</b>
129,1	14:07	13:55	<b>Laaksum</b>
132,3	14:12	13:59	<b>Mirns</b>
135,2	14:16	14:03	<b>Rys</b>
143,3	14:27	14:14	<b>Harich</b>
144,1	14:28	14:15	<b>Balk</b>
148,6	14:35	14:21	<b>Wyckel</b>
150,2	14:37	14:23	<b>Sleat</b>
151,5	14:39	14:25	<b>Tjerkgeast</b>
154,7	14:44	14:29	<b>Spannenburg</b>
163,8	14:57	14:41	<b>De Hommerts</b>
165,9	15:00	14:44	<b>Osingahuzen</b>
170,1	15:06	14:49	<b>Nijesyl</b>
170,6	15:06	14:50	<b>Drylst</b>
174,1	15:11	14:55	<b>Snits</b>
178,0	15:17	15:00	<b>Skearnegoutum (op parallelweg)</b>
182,0	15:23	15:05	<b>Dearsum, Snitserdyk N354</b>
186,0	15:28	15:11	<b>Easterwierrum</b>
195,2	15:41	15:23	<b>Wirdum</b>
196,6	15:43	15:25	<b>Swichum</b>
200,1	15:48	15:29	<b>Ljouwerd</b>
206,4	15:56	15:35	<b>Finish Groningerstraatweg t.h.v. Elfstedenfinishboog</b>
		0,000992	
		0,000926	