



5000M

BISLETT STADION 2026



5000 m

DISTANSE

12,5

RUNDER

10:15

FØRSTE HEAT

400

PÅMELDTE



OM LØPET

12,5 runder på en av Norges raskeste baner. Deltakere blir satt opp i heats basert på estimert tid for å skape så jevne og konkurransedyktige heats som mulig.

DATO	Søndag 24. mai 2026
STED	Bislett Stadion, Oslo
DISTANSE	5000 m (12,5 runder)
FØRSTE HEAT	Kl. 10:15
POP-UP	Hele dagen

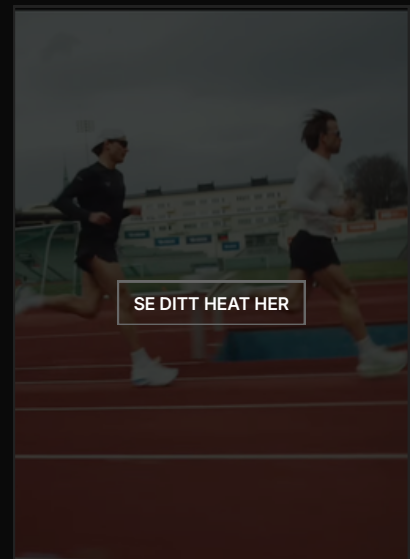
PACERE

18 min Petter Saltvik	20 min Iver Anton	22 min Martin Myrvold	25 min Iver Anton
---------------------------------	-----------------------------	---------------------------------	-----------------------------



PROGRAM & HEAT

- **09:15** Start utdeling startnummer
(Kan hentes hele dagen)
- **10:00** Innkalling til første heat
- **10:15** Første heat starter
- **10:15– 14.45** Etterfølgende heat løper fortløpende
- **15:00** Premieutdeling
- **Hele dagen** Pop-up, partnere, konkurranser



SLIK SETTES HEATENE

Alle deltakere plasseres i heat basert på antatt sluttid oppgitt ved påmelding. Heatene er jevne og konkurransedyktige. Vil du endre estimert tid? Gjør det ved å sende epost til: support@accelerex.no

Sub 18 min	18–20 min	20–22 min	22–25 min	25+ min
< 3:36 /km	3:36–4:00 /km	4:00–4:24 /km	4:24–5:00 /km	5:00+ /km



PRAKTISK INFO

STARTNUMMER (Hentes ved Accelerex Teltet)

- Kan hentes fra kl. 09:30 og ut hele dagen
- Ta med bekreftelse på påmelding.
- Festes på forsiden av overdelen.
- T-skjorter og flasker deles ut til de som har kjøpt dette — hentes sammen med startnummer.

GARDEROBE & BAGASJE

- Garderobe er tilgjengelig inne på stadion.
- Du har ansvar for egen bagasje.
- Få en venn eller bekjent til å passe på. Spør noen i Team Accelerex om du er alene.

KOM DEG DIT

- Bislett Stadion, Oslo.
- T-bane: Nationaltheatret eller Bislett.
- Buss: Stopp Bislett (21, 26, 37, FB5, 19N.).
- Parkering - kun gateparketing, begrenset.

UNDER LØPET

- Følg instruksjer fra funksjonærer
- Unngå søppel på banen.
- TIPS: Ta i tillegg tiden på egen klokke. Det
- gjør det lettere å vite hvor mange runder du har igjen.



TOALETT

Benytter toalettene inne på Bislett Stadion.



FERDSEL INNE PÅ BANEN

All ferdsel over løpebanen skjer kun gjennom den oppmerkede overgangen. Kryss aldri banen utenfor denne.



KART





RESULTATER & ETTER LØPET

RESULTATER

Publiseres på racedays.run etter løpet.

BILDER

Arrangementsfotograf er til stede. Bilder deles via Accelerex sine kanaler, alle løpere får tilgang på innholdet fra dagen. Sendes på mail i etterkant.

DEL LØPET

Bruk #ACCELEREX5K på sosiale medier. Tag @accelerexsports.

STRAVA

Følg Accelerex-klubben på Strava for oppdateringer og resultater.

accelerex.no · support@accelerex.no · [@accelerexsports](https://www.instagram.com/accelerexsports)

KONTAKT

support@accelerex.no



PARTNERE & POP-UP.

Disse samarbeidspartnerne er tilstede på Bislett 24. mai. Her får du smake, teste og oppleve det beste innen løping og trening.



ACCELEREX POP-UP

Utvalgte produkter fra SS26-kolleksjonen, samt helt nye og usette produkter, vil være tilgjengelig for kjøp og prøving under arrangementet. Det gjennomføres konkurranser og aktiviteter gjennom dagen, med premier fra Accelerex og samarbeidspartnere.

Følg @accelerexsports for oppdateringer.

