

# Informasjon 2025 – 43. gang til Kristinaløperne

Alle kan være med på denne tradisjonsrike folkefesten i byen og langs bryggene.



Barnas  
Kristinaløp

## Velkommen til årets sommerløp i Tønsberg!

### Startnummer

Startnummer kan hentes hos **Olympia Sport Tønsberg, Travveien 5, 3170 Sem**, perioden fra tirsdag **17. til fredag 20. juni kl. 10–17.**

Hvis du ikke får hentet startnummer i forkant kan du hente det på løpsdagen, lørdag 21. juni ved start ved Klaldnes fra kl. 10–14.

Husk at for å hente ditt startnummer må du vise fram SMS meldingen om startnummer som er sendt deg fra **EQ Timing**.

### Bagasjeoppbevaring

Bagasje kan du legge fra deg i egen bag/sekk som du tar med selv. Fest en lapp/merke med samme nr. som ditt startnummer på baggen/sekken og legg ved bagasjeområdet ved start.

**NB:** Det vil være en funksjonær som sjekker at du henter bagasje med merking som samstemmer med ditt startnummer. Kristinaløpet vil ha en funksjonær som passer på rundt bagasjeområdet under hele arrangementet, men tar ikke ta noe ansvar for bagasje eller verdigjenstander som skulle bli borte.

### Start- og målområdet

#### Mat og drikke

- Vann og frukt til alle løperne i målområdet etter målgang. Drikkestasjon ved Brannstasjonen etter ca. 2 km / 7km (for de som løpe 10 km).
- WITH Bakeri vil ha en kiosk med utsalg. Det vil være mulig å få kjøpt vann, brus, juice, sjokolademelk, kaffe, is, boller, cookies, granolabars, vegetarwraps, kyllingwraps, havre/chiagrøt med mango og musli (glutenfri), rundstykker med ost/ skinke eller kylling/tomat og enkel frukt.
- Lions Club vil selge vafler i egen kiosk.

#### Toaletter og garderobe

- Det vil være flere toaletter i området like ved start/mål.
- Det er dessverre ingen garderober tilgjengelig.

#### Røde kors

Røde kors vil være på plass i området og ta seg av de som trenger hjelp.

#### Storskjerm og tv-produksjon ved start/målområdet på Kaldnes

Nytt i år er at løpet vil filmes og streames på nett (direktesport.no, tb.no og Kristinaløpets Facebookside), og vises på storskjerm i start/målområdet!

#### Transport

Vi anbefaler på det sterkeste kollektiv transport. Oppfordrer alle deltagere og publikum til ta tog eller buss til Tønsberg. Det er hyppige avganger som stopper på Tønsberg stasjon. Fra Tønsberg stasjon er det ca. 20 minutters gange til Kaldnes (start og mål området).

#### Parkeringsmuligheter

Det vil bli begrenset adkomst til Rambergveien og parkeringsplasser i nærheten av start og målområdet. Som nevnt over så anbefaler vi alle til å benytte kollektivtransport, gå eller sykle. Følgende 3 parkeringsområder er listet. Ta en titt **her**, på kartet viser vi også hvor det er begrenset adkomst for biler under arrangementet. (Parkeringsområde 1 og 2 er gratis, nr. 3 er et område med betalparkering). Vi har ikke egne parkeringsvakter her.

#### Lag deg et nytt mål - flere løp fra Tønsberg friidrettsklubb!

Neste års løp er lørdag 20. juni 2026 – påmeldingen åpner opp allerede når du er mål! Meld deg på allerede når du kommer i mål til neste års løpefest – early bird pris åpnes allerede 21 juni 2025.

Bli også med på Nyttårsløpet, et annet kvalitetsløp arrangert av Tønsberg friidrettsklubb. Les mer: <https://nyttarslop.no/>



kristinalop.no

**KLIKBAR** Generalsponsor siden 2023

✉ kristinalopet@tfik.no

📘 kristinalopet

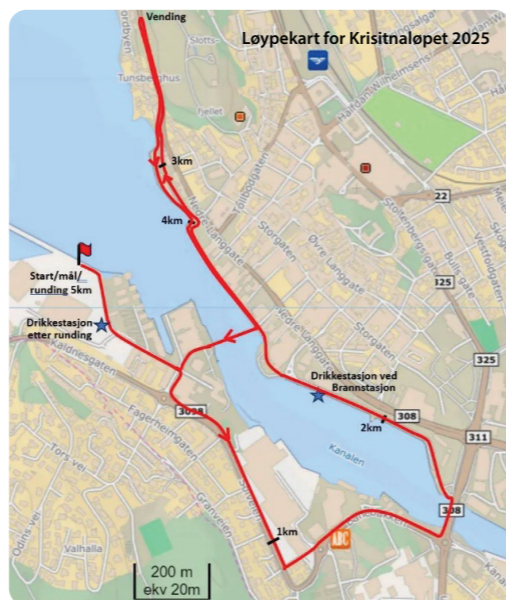
📷 @kristinalopet

**STRAVA**  
Kristinaløpet på STRAVA

## Løypekart for 2025

På grunn av utfordringer knyttet til trafikkavvikling og beredskap under løpet i 2024 er det bestemt at Kristinaløpet 2025 skal gå i ny trase med start og mål på Kaldnes der Slottsfjellfestivalen har vært arrangert de siste årene. Området egner seg meget godt til arrangementet og vi gleder oss til å lage folkefest også her slik vi har gjort i Gunnarsbøparken i mange år. Den nye traséen er flat og lettløpt, og innbyr til raske tider og rekorder. Kristinaløpet har start og mål ved bystranda på Kaldnes. Start og mål er samme strek.

Det er viktig å holde seg innenfor de oppsatte markeringer i start- målområdet, ellers blir ikke tiden registrert!



## Puljer i henhold til forventet løpstid – VIKTIG!

### Pulje 1:

- Under 36 min på 10 km
- Under 17 min på 5 km

### Pulje 4:

- 40 – 45 min på 10 km
- 20 – 22 min på 5 km

### Pulje 7:

- 60+ min på 10 km
- 30+ min på 5 km

### Pulje 2:

- 36 – 38 min på 10 km
- 17 – 19 min på 5 km

### Pulje 5:

- 45 – 50 min på 10 km
- 22 – 25 min på 5 km

### Pulje 8:

- Trimmerne

### Pulje 3:

- 38 og 40 min på 10 km
- 19 – 20 min på 5 km

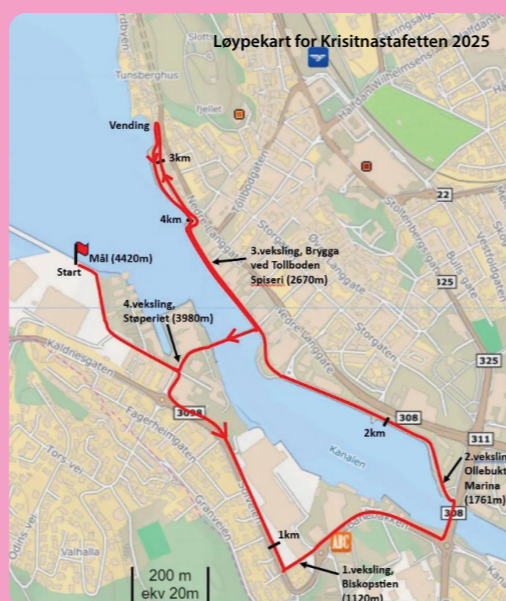
### Pulje 6:

- 50 – 60 min på 10 km
- 25 – 30 min på 5 km



## Tidsplan for løpsdagen

10:00	Startnummer kan hentes ved startområdet
11:00	Gratis påmelding til Barnas Kristinaløp på Kaldnes Torg
12:00	Oppvarming Barnas Kristinaløp på Kaldnes Torg
12:30	Start Barnas Kristinaløp fra Kaldnes Torg
13:45	Oppstilling i startområdet Kristinaløpet 5 km, 10 km og Trim
14:00	Fellesstart Kristinaløpet 5 km, 10 km og Trim
15:15	Premieutdeling Kristinaløpet – målområdet Kaldnes
16:30	Start Kristinastafetten
17:15	Premieutdeling Kristinastafetten



(NB! For alle uttrekkspremier gjelder at man må være tilstede ved premieutdelingene)

## Viktig info om løpsgjennomføringen

### Startstrek og målstrek er en og samme strek.

Merk at tidtakingen din ikke starter før du passerer startstreken.

Tiden registreres ved hjelp av en elektronisk brikke som er en del av startnummeret ditt. Pass derfor på at du ikke krysser startstreken under oppvarming.

Det er ikke behov for å stresse i starten, men hold deg innenfor de oppsatte markeringer i start- og målområdet – og følg funksjonærenes anvisninger.

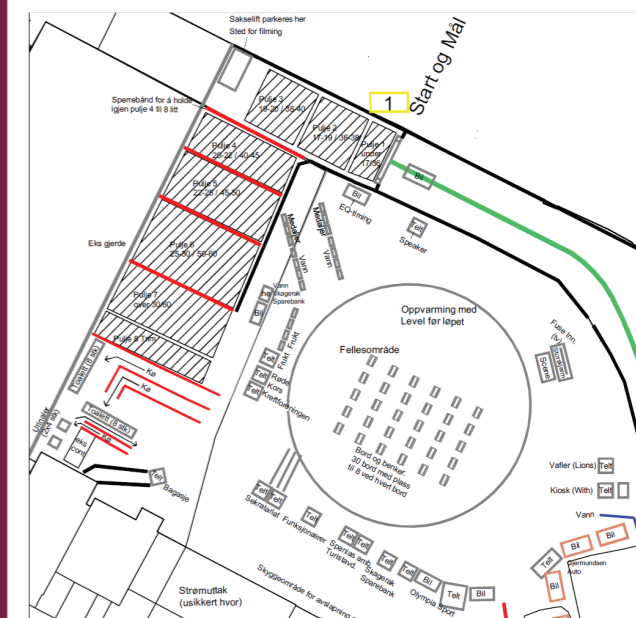
Det vil være 9 fartsholdere på ulike løpstider. Se etter en fartsholder som passer med ditt tempo.

### HOLD TIL HØYRE I LØYPA!

Dette gjelder spesielt dere som tar det litt rolig. Dere vil helt sikkert bli tatt igjen av de raskere løperne, spesielt 10 km løperne når de kommer på sin 2. runde.

Vis hensyn til løypeførere på sykkel.

Av sikkerhetsmessige hensyn oppfordrer vi til å løpe uten hodetelefoner/ørepropper.



### Fartsholdere: tider

- 5 km 20 min
- 5 km 30 min
- 10 km 40 min
- 10 km 50 min
- 10 km 60 min
- 5 km 25 min
- 5 km 35 min
- 10 km 45 min
- 10 km 55 min



Se etter holdere av disse flaggene!