

Søndag d. 30. august 2026

Esrum[®] SØ Rundt

i kongernes fodspor



27 km Kongeetapen

10 km Slotsetapen

5 km Isabellaruten

GRATIS 4,2 km Fredensborg Børneløb

GRATIS 1,5 km Fredensborg Børneløb



Elite og motionister

Kuperet udfordring

Smukke omgivelser

God stemning

Familievenligt

Tilmeld dig på www.esrumsoerundt.dk



Stævneplads med start/mål, information og toiletforhold



Centrum af Fredensborg by med parkeringsområder. Bademuligheder på Fredensborg skole.

Velkommen til et af Danmarks smukkeste løb!

HVOR

V/Fredensborg Slot,
Slotsgade - 3480 Fredensborg
(ingen bilkørsel i
stævneområdet/bymidten på
dagen).

STARTNUMRE

Hvis du tilmelder dig senest
9. august, kan du afhente start-
nummeret hos Løberen i
Hillerød, Lyngby, København
eller Roskilde mellem 17. og 26.
august.

Startnumre, der ikke er afhentet i
en af Løberens butikker,
udleveres på stævnekontoret
Jernbanegade 4, Fredensborg
fra fredag den 28. august.

TILMELDING/ÆNDRINGER

Tilmelding kan ske online indtil
30 minutter før løbsstart.
Stævnekontoret har åbent
fredag den 28. august kl. 14-18,
lørdag den 29. august kl. 10-15
og på løbsdagen søndag den
30. august fra kl. 8.00. Ønsker
du at ændre distance, gøres
dette online, og du skal ikke
have nyt startnummer af den
grund. **Det anbefales at komme
i god tid, hvis man først
afhenter sit startnummer på
løbsdagen**, da der vil være stort
pres på nummerudleveringen.
**NB: Alle, der har mulighed for
det, anbefales at afhente deres
startnummer før løbsdagen.**

LØBSTIDSPUNKTER

- 10:15 Fredensborg Børneløb
- 1,5 km for børn født i 2017
eller senere)
- 11:00 Kongeetapen – 27 km
- 11:20 Isabella-/Slotsetapen -
5/10 km løb
- 11:28 Fredensborg Børneløb
- 4,2 km for børn født i 2013

TILSKUERE

Tag gerne familien med. Flere
af gågadens butikker og caféer
holder åbent i anledning af
løbet. Der vil også være
udstillere af løbeudstyr.

VÆSKEDEPOTER OG KM-SKILTE

Der er kilometerskilte for hver
kilometer på ruterne. Med ca.
5-6 km mellemrum er der
depoter med vand og energidrik.
I målområdet er der også væske,
frugt og snack til alle løberne.

TRANSPORT OG PARKERING:

Benyt gerne offentlig transport;
kører du i bil, bør du parkere din
bil på en af de anviste P-pladser
(se kortet) rundt omkring i
byen, men kom i god tid.
Herfra har du fra alle pladser
mellem 1,2 og 1,4 km gang til
stævnepladsen. Husk at
parkering helt eller delvist på
fortov, cykelsti og ubefæstede
rabatter, ikke er tilladt.

HVOR

OMKLÆDNING OG BAD
Der er omklæning- og
bademuligheder på
Fredensborg skole (se kortet),
ca. 800 m fra start.

BAGGAGE

Vi har et selvbetjent baggage-
opbevaringsområde ved
stævnekontoret. Området er
overvåget under hele løbet,
men din baggage opbevares på
eget ansvar.

LØSBILLEDER

Sportstiming står klar og
fotograferer. Du vil efter
løbet modtage en e-mail
med resultat, tider, diplom
og fotos. Forudsætningen
for at modtage billederne er
naturligvis, at dit startnummer
kan aflæses på billederne, og at
du har opgivet korrekt e-mail
adresse ved tilmeldingen.

Fotograferingen er en gratis
service fra Esrum Sø Rundt.

FREDENSBORG ATLETIK KLUB



Fredensborg



FREDENSBORG
KOMMUNE

LØBEREN



FREDENSBORG
KOMMUNE

Velkommen til Fredensborg, Humblebæk, Kokkedal & Nivå

Overvejer du at flytte ud i skøn natur og hyggelige byer med eget særpræg og med masser af luft og gode muligheder for oplevelser for hele familien.

Tag et kig på en af vores byer eller landområderne i Fredensborg Kommune, så du får nemmere ved at træffe din beslutning.



Følg med på vores Facebook
sider samt Instagram

www.facebook.com/sammenomkokkedal
[al \[www.facebook.com/voresnivaa\]\(https://www.facebook.com/voresnivaa\)](https://www.facebook.com/voresnivaa)
www.facebook.com/hososihumblebaek
www.facebook.com/mitfredensborg
www.facebook.com/livetpaalandet



ÉN KOMMUNE – FEM UNIKKE STEDER
• FREDENSBORG • HUMLEBÆK • NIVÅ • KOKKEDAL • LANDET