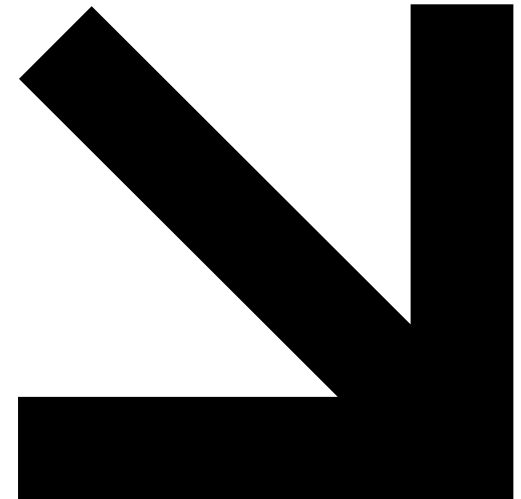




**VAKRE OMGIVELSER:** Nordre Follo byr på vakker natur og flotte omgivelser som gjør selve løpsopplevelsen til noe helt spesielt.



Foto: Jamieson Pothecarry / Boogietime AS



**28.08.2027**



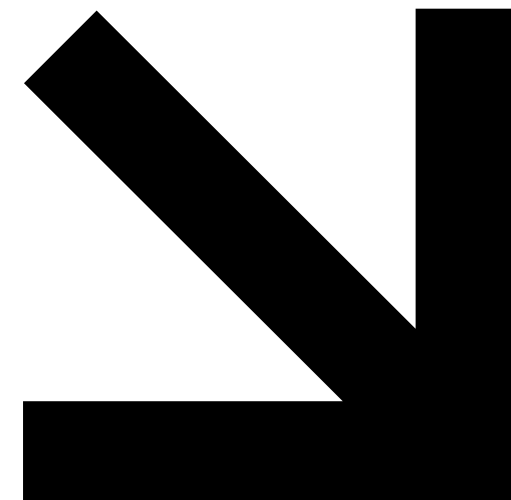
# **NORDRE FOLLO MARATON**

**- EN LØPSFESTIVAL FOR ALLE**

**FYLLER SENTRUM MED LIV:** Ski sentrum blir arena for både start og mål. Ambisjonen er å skape en folkefest med aktiviteter, underholdning og opplevelser for både deltakere og publikum.



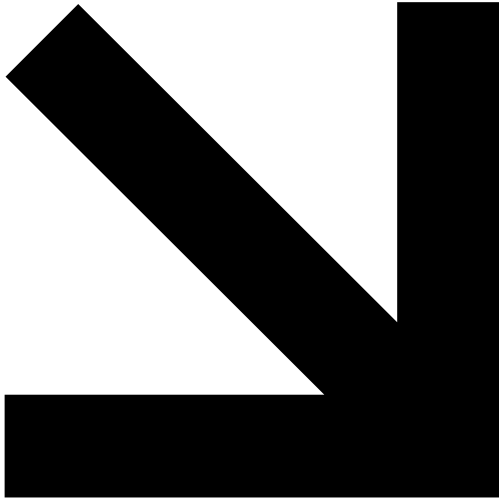
**NORDRE FOLLO  
MARATON**  
- EN LØPSFESTIVAL FOR ALLE



Ski kan få sin egen  
store løpsfestival

**- inviterer hele Nordre Follo med på laget**

**KUN 11 MINUTTER FRA OSLO:** Med togstasjonen midt i Ski sentrum ligger alt til rette for enkel og miljøvennlig reise til arrangementet.



Flere tusen løpere kan fylle gatene når Nordre Follo Maraton arrangeres for første gang lørdag 28. august 2027. Med start og mål i Ski er ambisjonen å legge en løype som viser frem det beste av kommunen – fra Oppegård til Kråkstad.

Nå inviterer initiativtakerne idrettslag, frivillige, næringsliv og kommunen til å være med på å bygge det som kan bli regionens største årlige maraton.

**Ambisjonen er enkel: å lage en folkefest med løping, aktivitet og opplevelser for hele familien – fra barneløp til maraton.**

– Vi ønsker ikke bare å arrangere et løp. Vi ønsker å skape en årlig folkefest som hele Nordre Follo kan være stolt av og glede seg til, sier Lars Kalland, senterleder i Puls Langhus og en av initiativtakerne.

#### **Kun 11 minutter fra Oslo**

Interessen for løping har aldri vært større. Oslo Maraton samlet over 25 000 deltakere i 2025, og stadig flere ønsker seg nye løpsopplevelser.



**LANDEMERKE:** Da Vinci-broen er ett av flere ikoniske landemerker som kan bli en del av løypeopplevelsen.

Follo har lange løpstradisjoner gjennom blant annet Ski-mila og Vestby Maraton. Initiativtakerne håper Nordre Follo Maraton kan bygge videre på denne arven og samtidig skape en ny tradisjon for regionen.

Med Follobanen tar reisen fra Oslo S bare 11 minutter, samtidig som Ski ligger mellom E6 og E18 og har gode kollektivforbindelser fra hele regionen. Over én million mennesker bor innen én times reise fra Ski.

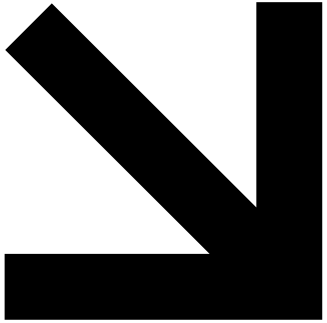
– Få steder på Østlandet er så tilgjengelige. Det gjør Ski til et naturlig sted å samle både mosjonister, familier og erfarne løpere, sier Kalland. Datoen er heller ikke tilfeldig. Nordre Follo Maraton arrangeres omtrent én måned før Oslo Maraton og er tenkt som en attraktiv oppkjøring for løpere som ønsker en siste konkurranse før høstens store løpsmål.

– Vi ønsker å skape en dag der hele Ski sentrum summer av liv. Enten du løper, heier eller bare vil være en del av stemningen, skal det være noe for deg, sier Lars Kalland.

#### **Om arrangementet**

Nordre Follo Maraton planlegges arrangert i Ski sentrum lørdag 28. august 2027. Ambisjonen er å etablere Nordre Follo Maraton som en årlig løpsfestival som kombinerer idrett, folkehelse, frivillighet og opplevelser, med mål om å bli et av Østlandets største løpsarrangementer. Nordre Follo Maraton skal være mer enn et maraton. Arrangementet skal være en løpsfestival som skaper aktivitet både for løpere, familier, publikum og næringsliv, og gjøre Ski sentrum til en levende møteplass.

**NORDRE FOLLO  
MARATON**  
– EN LØPSFESTIVAL FOR ALLE



**– Vi ønsker å skape en løpe-festival hele Nordre Follo kan være stolt av og glede seg til – med distanser for alle, fra barneløp til full maraton, sier Lars Kalland, senterleder i Puls Langhus og en av initiativ-takerne.**

#### **Alle kan stille til start**

Planene omfatter barneløp, 5 km, 10 km, halvmaraton og maraton. På sikt vurderes også ultraløp, familieaktiviteter, bedriftskonkurranser og egne tilbud for personer med funksjonsnedsettelse.

– Vi ønsker et arrangement der alle kan oppleve mestring. Noen løper sitt første 5-kilometersløp. Andre jakter personlig rekord på maraton. Mange kommer bare for å heie. Alle skal føle at de er en del av den samme festen, sier Kalland.

#### **Skal bygges sammen med lokalsamfunnet**

Prosjektet er fortsatt i en tidlig fase, og arrangørene ønsker nå dialog med idrettslag, frivillige organisasjoner, næringsliv og kommunen.

– Idrettslagene sitter på uvurderlig kompetanse. Vi

ønsker ikke å komme med et ferdig konsept, men å bygge dette sammen med dem som kjenner lokalsamfunnet best. Dette skal være et arrangement hele Nordre Follo kan kjenne eierskap til, sier Kalland.

Kalland understreker også at Ung300 skal bidra til at ungdom får en sentral rolle som medskapere av arrangementet gjennom frivillighet, innholdsproduksjon og arrangementsarbeid.

#### **Ambisjonen er langsiktig**

Bak initiativet står Puls Samfunn og Ung300.

– Målet er at Nordre Follo Maraton skal bli en ny tradisjon – en dag der Ski sentrum fylles med løpere, publikum og frivillige, og som setter Nordre Follo på kartet som en av Norges mest spennende løpsdestinasjoner, avslutter Kalland.

## **NORDRE FOLLO MARATON** – EN LØPSFESTIVAL FOR ALLE



**PÅ PAR MED NATUREN: Løypa kan ta deltakerne gjennom Opegård Golfklubb – en grønn oase midt i Nordre Follo.**



**VI GLEDER OSS: – Vi ønsker å skape en løps-festival hele Nordre Follo kan være stolt av. Nå gleder vi oss til å invitere både løpere, publikum og frivillige med på reisen, sier Lars Kalland.**

#### **Mer informasjon kontakt:**

Lars Kalland: Senterleder, Puls Langhus  
E-post: [lars.kalland@pulsfollo.no](mailto:lars.kalland@pulsfollo.no)

#### **Vil du følge utviklingen av Nordre Follo Maraton?**

##### **Følg oss på:**

Facebook: [Nordre Follo Maraton](#)

Instagram: [@nordrefollomaraton](#)

TikTok: [@nordrefollomaraton](#)

Pressekit finner du [her](#)