

# PM-Information för Tjejrundan 4 Juli 2026

**Tjejrundan är ett motionslopp för kvinnor.** Spring, jogga, lunka eller gå i 6,5 km runt sjön Bodträsket i Boden tillsammans med andra kvinnor. Efter målgång blir det Picknick för alla deltagare, familj och vänner.

**När:** Lördag 4 Juli 2026 kl. 14,00

**Var:** Start och mål är på Bränna Strand vid scenen Örat, Östra Strandvägen 1, Boden

**Distans:** Tjejrundan är på 6,5 km. Bansträckningen är platt och den går på gångbanor, cykelbanor och på avstängda vägar/gator runt sjön Bodträsket.

**Pris:** 300,00 SEK, inkl. T-shirt och picknick-sallad.

**Anmälan:** Anmälan är öppen mellan 1 April – 25 Juni och görs via vår hemsida [www.tjejrundan.se](http://www.tjejrundan.se). Gå in på vår hemsida och klicka/tryck på knappen: Anmäl dig nu.

Då kommer du till vår Webshop och där "köper" du en ( 1 ) startplats för 300,00 SEK. Det ingår T-shirt och picknick-sallad vid anmälan mellan 1 April – 1 Juni. Vid anmälan mellan 2 Juni – 25 Juni ingår picknick-sallad ( ej någon T-shirt). I och med att man anmäler sig, godkänner man också de Allmänna Villkor som gäller för Tjejrundan Allmänna Villkor finns på hemsidan, klicka/tryck på knappen Allmänna Villkor i övre menyn.

Efteranmälan i mån av \*plats den 4 Juli vid nummerlapps-utdelning på Bränna Strand 4 Juli kl. 10,00 – 13,30. (\*max antal deltagare är 300 st).

**T-shirt och Sallad:** Vid anmälan mellan 1 April – 1 Juni ingår det både T-shirt och Picknick-sallad. Vid anmälan mellan 2 Juni och 25 Juni ingår det Picknick-sallad ( ej någon T-shirt). Och vid efteranmälan den 4 Juli ingår inte T-shirt eller sallad.

Utdelning av T-shirt sker vid Nummerlappsutdelning och sallad efter målgång.

**Picknick:** Efter målgång blir det Picknick för alla deltagare, familj och vänner. **Picknick-sallad** ingår i anmälan för alla som anmält sig senast 25 Juni. Vid anmälan anger man vilken sallad som man vill ha, välj mellan: **Grekisk, Ceasar eller Vegan**. I Picknicken ingår det även dryck, bröd och frukt.

**Nummerlappsutdelning:** Nummerlappsutdelning på Team Sportia-Boden ( Kungsgatan 43) torsdag 2 Juli och fredag 3 Juli mellan kl. 10,00 – 18,00. På lördag 4 Juli är det Nummerlappsutdelning vid Start & Mål på Bränna Strand mellan kl. 10,00 – 13,30.

**Omklädning och dusch:** Möjlighet till ombyte och dusch finns på Sporthallen Hildursborg c:a 500m från Start & Mål.

**Toalett:** Toalett kommer att finnas vid Start & Mål, på Sporthallen Hildursborg ( c:a 500m ) och efter 2,5 km efter bansträckningen.

**Förvaring av ombyte och väskor:** Vid start & Mål vid Bränna Strand kommer det att finnas möjlighet att lämna in ombyte, väskor e.t.c. som man sedan kan hämta ut efter målgång.

**Uppvärmning:** Uppvärmning inför loppet kommer att ske på scenen Örat mellan kl. 13,40 – 13,50.

**Depå:** Före starten finns det möjlighet att fylla på med vatten och sportdryck vid scenen Örat på Bränna Strand. Efter 3,5 km in på bansträckningen kommer det att finnas en depå med vatten, sportdryck och frukt ( banan). Efter målgång finns det vatten och sportdryck.