



Tjejmilen Sälen lockar kvinnor med varierande träningsbakgrund. För deltagaren Hilda Kirkhoff, som var 2020 års vinnare av Hela Sverige bakar, har Tjejmilen Sälen varit en språngbräda för att börja med löpning.

2024-05-30 07:00 CEST

Den tredje upplagan av Tjejmilen Sälen, som äger rum lördagen den 15 juni, lockar både nybörjare och erfarna motionärer

Att hitta inspiration och glädje i att röra sig är avgörande för vårt välbefinnande. Tjejmilen Sälen by EQPE underlättar för fler att våga anmäla sig till löpevenemang genom att erbjuda en unik upplevelse i en vänlig och trygg fjällmiljö. Den 15 juni 2024 är det dags igen för Tjejmilen Sälen, som nu arrangeras för tredje gången. Sedan starten 2022 har evenemanget snabbt blivit en populär plattform för kvinnor, med nu nära 2 000 anmälda deltagare

och ännu fler förväntade. Evenemanget har framgångsrikt lockat kvinnor med varierande träningsbakgrund, från nybörjare till motionärer som gärna deltar i olika lopp.

- För mig är Tjejmilen Sälen mer än bara ett löpevenemang; det är en helg som fokuserar på hälsa, välbefinnande och gemenskap. Jag hade knappt någon erfarenhet av löpning, men blev förra året lockad av allt runt omkring och möjligheten att göra detta tillsammans med mina vänner. Evenemanget utmärker sig genom att erbjuda en kombination av att utforska fjällterrängen och upplevelser som främjar kvinnors hälsa och sammanhållning, vilket jag tycker är viktigt. Jag vill gärna vara med och inspirera andra, och Tjejmilen Sälen blev verkligen min startpunkt för att börja springa. Nu är det ren njutning och en självklarhet för mig och mina vänner att träna inför, planera och se fram emot, säger deltagaren **Hilda Kirkhoff**, som har en stor passion för bakning och matlagning och som var 2020 års vinnare av Hela Sverige bakar.

Under [evenemanget](#) erbjuds inte bara tävlingar utan även skräddarsydda upplevelser som uppladdningsbuffé, after run och The Party. Under helgen finns wellness-aktiviteter som bastuvärld, behandlingar och spa att ta del av på [Experium Lindvallen](#). Tjejmilen Sälen by EQPE är mer än ett lopp; det är en mötesplats för alla som värdesätter en aktiv livsstil och vill uppleva fjällen i gemenskap med andra.

- Redan första året, som var direkt efter att pandemin äntligen var över, såg vi ett intresse från kvinnor att kombinera löpning, en skonsam träningsform, med härligt häng och anpassade livsnjutningsaktiviteter. Vi är ju mest kända för vintersäsongen, och att vi direkt kunde se detta intresse för fjällträning på sommaren inspirerade oss att arbeta långsiktigt för att få fler kvinnor i rörelse. Nu, inför den tredje upplagan, känns det extra kul att välkomna alla hit för att uppleva den fina sammanhållningen och stämningen som är unik för Tjejmilen Sälen, säger **Fredrik Rydén**, koncept- och evenemangschef på SkiStar.

Start och mål för [Tjejmilen Sälen](#) är på toppen av Lindvallen. Sittliften Gustav Express transporterar deltagarna upp till evenemangsområdet. Banorna, som är 5 km och 10 km långa, går längs redan befintliga leder som till stor del är spångade på Mellanfjället och Hemfjället förbi Hemfjällsstugan. Längs banan finns vätskestationer, funktionärer och sjukvårdspersonal utplacerade med jämna mellanrum.

- 2022 var första gången vi på Marathongruppen arrangerade ett löplopp i fjällterräng och det blev en stor framgång. Vi ser för närvarande en ökning av unga tjejer som deltar i motionslopp, vilket sannolikt beror på den växande löpartrenden bland unga på sociala medier som TikTok och Instagram. Tjejmilen Sälen erbjuder en fantastisk möjlighet att uppleva löpning i den svenska fjällmiljön på ett tillgängligt sätt. Med både fem- och tiokilometerssträckor vågar många prova och namnet Tjejmilen associeras av många med ett lopp som är snällt och genomförbart för de flesta, säger **Lotta Lindblom** evenemangschef på Marathongruppen.

Under [Tjejmilen Sälen by EOPE](#) finns möjlighet att träffa **Hilda Kirkhoff** för att få mer information om på vilket sätt Tjejmilen Sälen har varit en språngbräda för löpning och hälsa. Anmäl ditt intresse till PR Chef SkiStar Linda Morell: linda.morell@skistar.com

Om Hilda Kirkhoff:

Matkreatören **Hilda Kirkhoff**, som vann Hela Sverige bakar 2020, älskar att baka och har gett ut flera böcker. Hilda beskriver sig som världens vanligaste tjej. Hon hittade lyckan i löpning av en ren tillfällighet och Tjejmilen Sälen blev språngbrädan till en mer hälsosam livsstil.

För mer information:

Fredrik Rydén: 070- 311 82 83, fredrik.ryden@skistar.com

Marathongruppen: Lotta Lindblom, 08-545 66 440,
lotta.lindblom@marathongruppen.se

Fjällturismbolaget SkiStar AB (publ) är noterat på Nasdaq Stockholm, segment Mid Cap. Koncernen äger och driver fjällanläggningar i Sälen, Vemdalen, Åre och Hammarbybacken (Stockholm) i Sverige samt Hemsedal och Trysil i Norge. Verksamheten delas in i tre segment; Drift av skidanläggningar, Fastighetsutveckling & exploatering samt Drift av hotellverksamhet. Som den ledande semesterarrangören för Skandinavien är SkiStars affärsidé att med gästerna i fokus skapa minnesvärda fjällupplevelser, utveckla hållbara destinationer, erbjuda boende, aktiviteter, produkter och tjänster av högsta kvalitet.

Bilder och filmer i SkiStars pressrum är fria för publicering tillsammans med information om SkiStar och/eller SkiStars destinationer och produkter.

Kontaktpersoner



Åsa Bergendorf

Presskontakt

press@skistar.com

+46 76 765 09 65