

# run for pride®

## Hjärtligt välkommen till Run for Pride 2022

Sveriges enda HBTQI-lopp

Torsdag 2 juni i Hagaparken, Stockholm

Run for Pride kan stolt presentera artisten  
**Nanne Grönvall** som uppträder under  
efterminglet på Hotel Royal Parks terrass!



**NÄR:** Torsdag 2 juni, 2022  
Eventområdet öppnar kl 16:00

**Tänk på att vara på plats vid start i god tid:**

**PETS RUN** startar kl 16:30  
Du väljer själv om ni går eller springer

**HAPPY RUNNER** 5 km & **RUNNING DIVA** 10 km  
**Gemensam start** kl 17:30  
Sträckan 5 km väljer du själv om du vill gå eller springa

**Prisutdelning:** Vinnarna presenteras cirka kl 19:00

**Nummerlapp:** Hämta din nummerlapp i **INTERSPORT-**butiken, Drottninggatan 39 i Stockholm city.  
**Måndag 30 maj och tisdag 31 maj mellan kl 17:00 och 19:00.**

**Plats:** Bakom Hotel Royal Park, Frösundaviks Allé 15 i Solna – **gå till höger om hotellet på utsidan.**

Enklast tar du tar dig till starten med buss 57 som stannar precis utanför hotellet.

Antalet parkeringsplatser framför hotellet är begränsat.

[Google Maps](#)

**Väskinlämning:** I startområdet kommer du kunna lämna in din väska. Lämna inte in värdesaker – vi ansvarar inte för dem.

### **Kom färdig för att springa**

Byt om innan du kommer då utrymmet för väskinlämning är begränsat och det inte finns några omklädningsrum.

OBS att det inte finns några duschar!

**Toaletter:** Det kommer att finnas toaletter (bajamajor) i start- och målområdet. Tänk på att det kan bli kö till dessa.

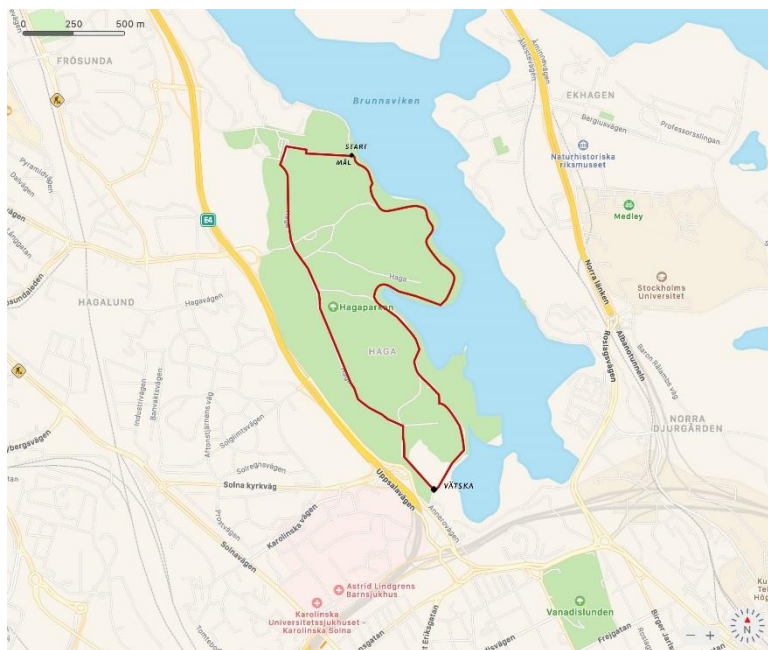
**Medicinsk hjälp/sjukvård:** Deltagande i loppet Run for Pride sker, precis som i andra lopp, på egen risk. Medicinsk hjälp finns i start- och målområdet.

Om du behöver medicinsk hjälp under loppet, kontakta någon av funktionärerna.

Om du inte fullföljer loppet (bryter loppet) meddela någon av våra funktionärer så att de kan lämna informationen vidare.

OBS! Om du får en allvarlig skada eller smärta, ring omedelbart 112.

**Karta över banan:** Se bild nedan. Bansträckningen markeras med rosa snitslar och det kommer finnas funktionärer längs banan.



**Maxtid:** Maxtiden är **1 1/2 timme** för både 5 km och 10 km. Sista målgång är kl.19:00

**Kan jag gå/promenera?** Ja, du får gå/promenera Pets Run och Happy Runner (sträckning 5 km). Kom ihåg att maxtiden är 1,5 timmar.

**Får jag springa med hörlurar?** Nej, du måste kunna höra och vara uppmärksam på omgivningen.

**Mat & dryck:** Det kommer att finnas möjlighet att köpa inne på hotellet och på hotellets uteservering.

**Medalj & pris:** När du kommer i mål så får du en medalj. De två snabbaste löparna i 5 km respektive 10 km i klasserna män, kvinnor och icke-binär får medalj. Bästa utklädnad får en guldmedalj.

**Tidtagning & resultat:** Varje deltagare får en nummerlapp med chip som används för att notera din start- och sluttid. Du behöver alltså inte använda ett särskilt chip. För att få en korrekt tid vänligen se till att din nummerlapp under loppet:

- Sitter tydligt synlig på framsidan av din t-shirt, ditt linne eller dina shorts
- Sitter fast i de fyra hörnen
- Inte täcks av jacka, löparbälte, vattenflaska etc
- Är hel och inte vikt. Var försiktig med din nummerlapp!

Chipet går inte att återanvända. Du behöver inte lämna tillbaka det efter loppet.

**När kan man senast anmäla sig till loppet?**

**Onsdag 1 juni** – du anmäler dig på [www.runforpride.se](http://www.runforpride.se)

Tillsammans ska vi göra loppet till en underbar dag!  
Kom ihåg att glädje går före prestation!

Du stödjer Regnbågsfondens viktiga arbete genom ditt deltagande i Run for Pride!  
Läs mer på [www.regnbagsfonden.org](http://www.regnbagsfonden.org)

**Vi ses torsdag 2 juni!**

**Run For Pride 2022**