

Mjølner Trail & March 2026 – Information til alle deltagere

Er I klar til at udfordre jer selv på Bornholm?

Den 14. november 2026 går det løs til Mjølner Trail & March! Vi glæder os til at byde jer velkommen til nogle udfordrende kilometer i det bornholmske terræn, hvor udholdenhed, forberedelse og viljestyrke bliver sat på prøve.

Her finder I de vigtigste informationer, så I kan møde velforberedte op til start.

Distancer og starttider

Bronze

- Dato: Lørdag den 14. november
- Start: March kl. 10.00
- Start: Trail kl. 12.00
- Startsted: Nørresand, Gudhjem
- Mål: Hammerhavnen

Sølv

- Dato: Lørdag den 14. november
- Start: March kl. 10.00
- Start: Trail kl. 12.00
- Startsted: Nørresand, Gudhjem
- Mål: Hasle Røgeri

Guld

- Dato: Lørdag den 14. november
- Start: March kl. 10.00
- Start: Trail kl. 12.00
- Startsted: Nørresand, Gudhjem
- Mål: Nordskovens Camping

Er du 60+ har du mulighed for at starte én time tidligere på marchdistancerne Bronze, Sølv og Guld. Det betyder, at du kan starte kl. 09.00 i stedet for kl. 10.00.

Afhentning af startnumre

Startnumre kan afhentes på startstedet fra 1 time og 30 minutter før den enkelte distances starttidspunkt.

Startnummer skal sidde foran på bryst/mave eller lår. Startnummer må ikke afdækkes eller bøjes.

Transport til start

March

- Nordskovens Camping kl. 8.30
- Hasle Røgeri kl. 8.45
- Hammerhavn kl. 9.00

Trail

- Nordskovens Camping kl. 10.30
- Hasle Røgeri kl. 10.45
- Hammerhavn kl. 11.00

Obligatorisk udstyr

Det er vigtigt, at alle møder op med det obligatoriske udstyr. Manglende udstyr kan medføre tidsstraf eller diskvalifikation.

Til Bronze, Sølv og Guld skal du medbringe:

- Væskebælte eller rygsæk med minimum 1 liter vand
- Pandelampe med udskiftelige batterier
- Bandage eller støttebind på minimum 3 meter
- Drikkekop (foldbar), da drikkevarer kun serveres i medbragte kopper
- Fløjte
- Mobiltelefon
- Survivalblanket

Husk, at drikkevarer ved depoterne serveres i din egen medbragte kop.

Rute og depoter

Ruten er markeret med orange flag og pilen på vejen.

Depoterne på de forskellige distancer omfatter blandt andet:

- Hammerhavn
- Hasle Røgeri
- Nordskovens Camping

March

Deltager du på en af marchdistancerne, er det ikke tilladt at løbe. Hele distancen skal gennemføres i marchtempo.

Gode råd inden start

November på Bornholm kan byde på kulde, vind, regn og mørke. Forbered dig derfor grundigt:

- Klæd dig efter vejret, og medbring ekstra tøj til de lange distancer.
- Test pandelampe, batterier, GPS og mobiltelefon inden start.
- Sørg for at have styr på væske og energi undervejs.
- Hav en plan for mad, pauser og eventuelle skift af tøj.
- Følg rutemarkeringerne, og brug GPX-navigation, hvor det er nødvendigt.
- Vis hensyn til andre deltagere og til naturen.
- Giv besked til arrangørerne, hvis du udgår eller får brug for hjælp.

Tidsgrænser

Der er tidsgrænser ved udvalgte depoter og mål. De varierer efter distance og skal overholdes for at undgå diskvalifikation.

Læs tidsgrænserne på den officielle side for netop din distance, og planlæg dit løb derefter.

Hvis du udgår af løbet

Hvis du bliver nødt til at udgå af løbet, skal du give arrangørerne besked.

Gem gerne følgende telefonnumre på din mobil, så du altid har dem ved hånden:

- **Lene Møller:** 61549123
- **Kim Rasmussen:** 42168689

Vi anbefaler, at du gemmer begge numre i dine kontakter inden løbsstart.

Klar til udfordringen?

Mjølner Trail & March handler ikke kun om at komme først i mål. Det handler om at udfordre sig selv, holde hovedet koldt, hjælpe hinanden og opleve Bornholm fra sin rå og smukke side.

Pak udstyret, tjek planen, og glæd dig til en oplevelse, du sent vil glemme!

Vi ses ved start – god træning og rigtig god tur!

Praktiske informationer og de seneste opdateringer finder du på:

<https://mjoelnertrail.dk/>