



Tjoget

2018–2026

— Nuläge 2025 och utveckling
över tid

Om presentationen



- ▲ I samband med förbundsmötet 2020 beslutades att all orientering ska vara likvärdig oavsett kön. Svenska Orienteringsförbundets tävlingsregler kompletterades med skrivningar om likvärdighet.
- ▲ I den här rapporten redovisas deltagarna på Tjoget utifrån ålder och kön. Redovisningen startar 2019. Åren 2020 och 2021 genomfördes ingen tävling på grund av den då pågående coronapandemin. Restriktioner och begränsningar för större folksamlingar gjorde det omöjligt att genomföra Tjoget.
- ▲ År 2026 ställdes tävlingen in på grund av vädervarningar för extrem värme.
- ▲ Rapporten redovisar endast antalet starter uppdelat på ålder, kön och tävlingsklass. Rapporten ger inga svar på vad deltagarna tycker om tävlingens upplägg. Rapporten tar inte ställning till om och på vilket sätt tävlingens upplägg svarar mot tävlingsregeln om likvärdigt tävlande.

Om presentationen



- ▲ All data är hämtad från Eventor och IdrottOnline.
- ▲ Materialet visar nuläget 2025 för antalet utövare, ålder, kön och intresset för att delta på Tjoget.
- ▲ Materialet visar även motsvarande resultat för åren från 2019–2024, med undantag för åren 2020 och 2021 då ingen tävling genomfördes.
- ▲ År 2026 ställdes tävlingen in på grund av vädervarningar för extrem värme.

Om Tjoget



- ▲ Tjoget är en stafettävling för klubbtag.
- ▲ Den första tävlingen genomfördes 1976.
- ▲ Tävlingen innehåller 20 sträckor.
- ▲ Arrangör är Emmaboda-Verda OK och Lessebo OK.
- ▲ Reglerna för lagsammansättning har förändrats genom åren

1

Om deltagarna Tjoget



Antal deltagare på Tjoget

ÅR	KVINNOR	MÄN	TOTALT	ANDEL KVINNOR
2019	523	989	1 512	34,6 procent
2022	404	831	1 217	33,2 procent
2023	500	946	1 446	34,6 procent
2024	487	874	1 361	35,8 procent
2025	509	909	1 418	35,9 procent
2026	Inställd			

Tabellen visar antalet deltagare uppdelat på kvinnor, män det totala antalet deltagare samt andelen kvinnor för respektive år.

Under samtliga år som redovisas i rapporten har kravet för lagsammansättning varit att minst 5 sträckor ska löpas av kvinnor. I andra större stafettävlingar tycks andelen kvinnor ha ett tydligt samband med tävlingens regler för sammansättning av lagen.

Andel kvinnor, Tjoget

ÅR	ANDEL KVINNOR MEDLEM/ UTÖVARE	ANDEL KVINNOR UNIKA STARTANDE	ANDEL KVINNOR STARTER	ANDEL KVINNOR TJOGET
2019	44,0 procent	42,7 procent	40,7 procent	34,6 procent
2022	44,5 procent	42,2 procent	40,0 procent	33,2 procent
2023	44,6 procent	42,5 procent	40,7 procent	34,6 procent
2024	45,1 procent	42,8 procent	40,5 procent	35,8 procent
2025	44,1 procent	42,6 procent	40,6 procent	35,9 procent
2026	43,9 procent	i.u	i.u	Inställd

Som referens till andelen deltagande kvinnor på Tjoget visar tabellen andelen kvinnliga medlemmar, andelen unika individer, kvinnor, som gjorde minst en tävlingsstart under respektive år samt andelen tävlingsstarter gjorda av kvinnor.

Från och med november 2024 har begreppet medlem ersatts av begreppet utövare, aktiv i idrott. Från 2025 visar tabellen andel kvinnliga utövare.

Medelålder deltagarna, Tjoget

ÅR	MEDELÅLDER KVINNOR	MEDELÅLDER MÄN	MEDLÅLDER TOTALT
2019	31,0 år	36,7 år	34,8 år
2022	34,3 år	38,4 år	37,0 år
2023	32,9 år	38,5 år	36,6 år
2024	33,9 år	38,3 år	36,7 år
2025	32,4 år	37,7 år	35,8 år
2026	Inställd		

Tabellen visar deltagarnas medelålder utdelat på kvinnor respektive män samt sammanlagd medelålder. Över tid varierar deltagarnas medelålder något. Medelåldern för kvinnor varierar något mer än för män, dock med små variationer.

Deltagarnas medelålder kan jämföras med medelåldern för samtliga utövare som i juni 2026 var 36,9 år.



Svensk
Orientering

2

Tjoget 2019



Lagsammansättning Tjoget 2019

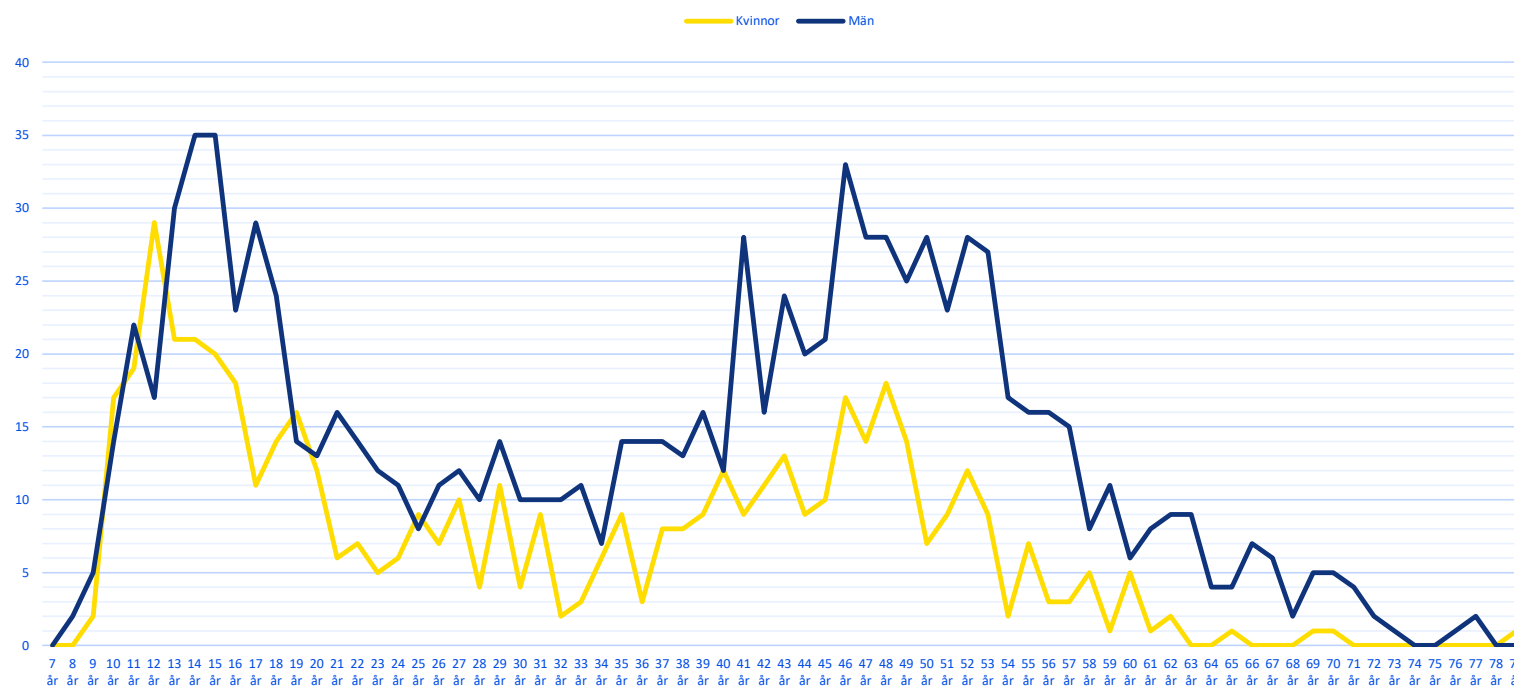


Ingen inbjudan med lagsammansättning är tillgänglig.



Antal deltagare Tjoget 2019

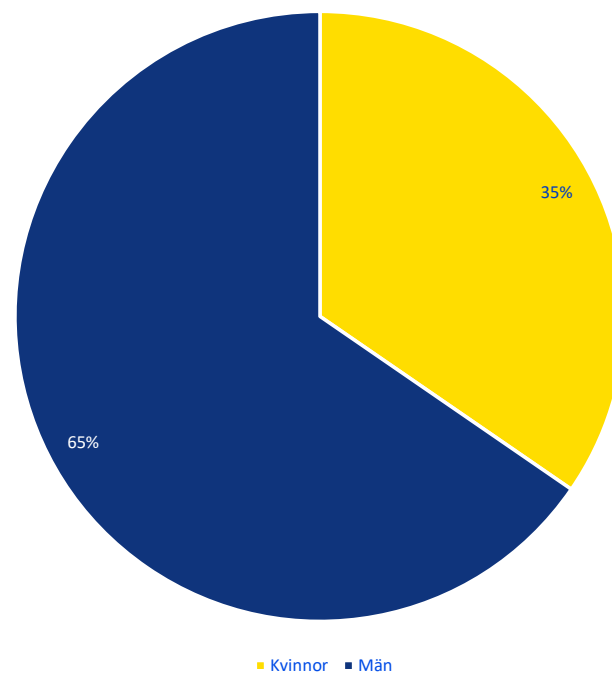
Antal deltagare per ålder och kön, Tjoget 2019



Diagrammet visar antal deltagare per uppdelat på ålder och kön i samband med Tjoget 2019. Den gula kurvan visar antalet kvinnor och den blå kurvan antalet män.

Könsfördelning Tjoget 2019

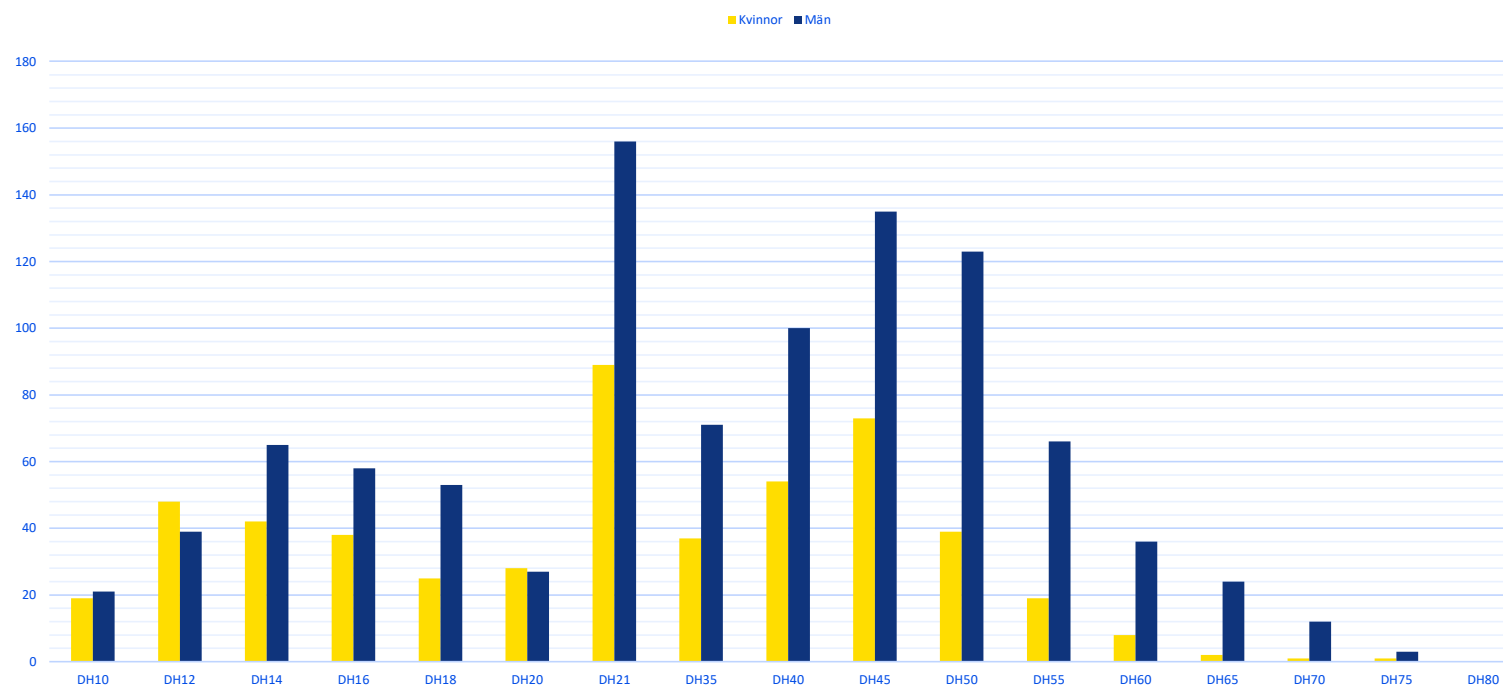
Könsfördelning Tjoget 2019



Diagrammet visar fördelning av deltagande kvinnor, gul, och deltagande män, blå, vid Tjoget 2019.

Antal deltagare per åldersklass

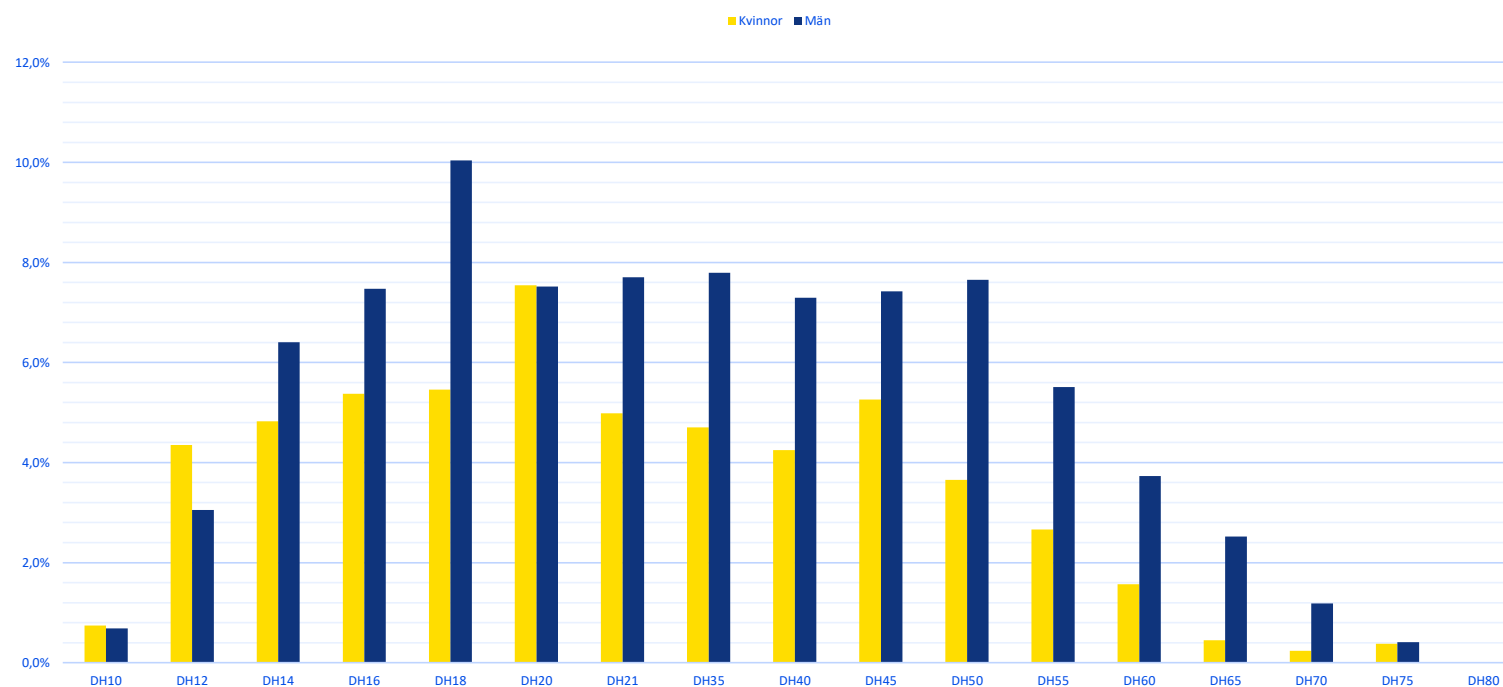
Antal deltagare per kön och åldersklass Tjoget 2019



Diagrammet visar antalet deltagare på Tjoget 2019 uppdelat på kön och de åldersklasser som används vid tävlingsarrangemang. De gula staplarna visar antalet kvinnor och de blå staplarna visar antalet män.

Andel deltagare per åldersklass

Andel deltagare per åldersklass, Tjoget 2019



Diagrammet visar andelen deltagare per åldersklass och kön på Tjoget 2019. Antalet deltagare i respektive åldersklass har satts i relation till det totala antalet unika startande i respektive åldersklass under 2019. De gula staplarna visar andelen kvinnor och de blå staplarna andelen män. Exempel: Andelen deltagare som tillhör klassen H20 är 7,5 procent. Det innebär att 7,5 procent av det totala antalet unika personer som tillhör klassen H20 och som deltog på minst en tävling under 2019 deltog på Tjoget samma år. Ju högre andel desto fler av det totala antalet unika startande i en åldersklass deltog på Tjoget 2019.



Svensk
Orientering

3

Tjoget 2022



Lagsammansättning Tjoget 2022



Sträcka	Löpare	Banlängd	Svårighetsnivå	Rätt att delta	
1	1	6,5 km	Blå	Alla	Dag
2	1	4,0 km	Gul	Alla	Dag
3	1-3	2,5 km	Vit	D/H-14, D/H60-	Dag
4	1	6,5 km	Blå	Alla	Dag
5	1	2,5 km	Vit	Alla	Dag
6	1	5,5 km	Orange	Alla	Dag
7	1	4,0 km	Blå	Damer	Dag
8	1	8,0 km	Blå	Alla	Natt
9	1	5,5 km	Blå	Alla	Natt
10	1	5,0 km	Orange	Alla	Natt
11	1	6,5 km	Blå	Alla	Gryning
12	1	3,0 km	Gul	Alla	Dag
13	1	6,5 km	Orange	Alla	Dag
14	1-3	4,0 km	Gul	Alla	Dag
15	1	4,5 km	Blå	Damer	Dag
16	1	8,0 km	Blå	Alla	Dag
17	1	6,5 km	Blå	Alla	Dag
18	1	3,0 km	Blå	Alla	Dag
19	1	5,0 km	Blå	Damer	Dag
20	1	8,0 km	Blå	Alla	Dag

Max 9 löpare från klasserna H18–40 får ingå i laget.

Minst 5 sträckor ska löpas av damer.

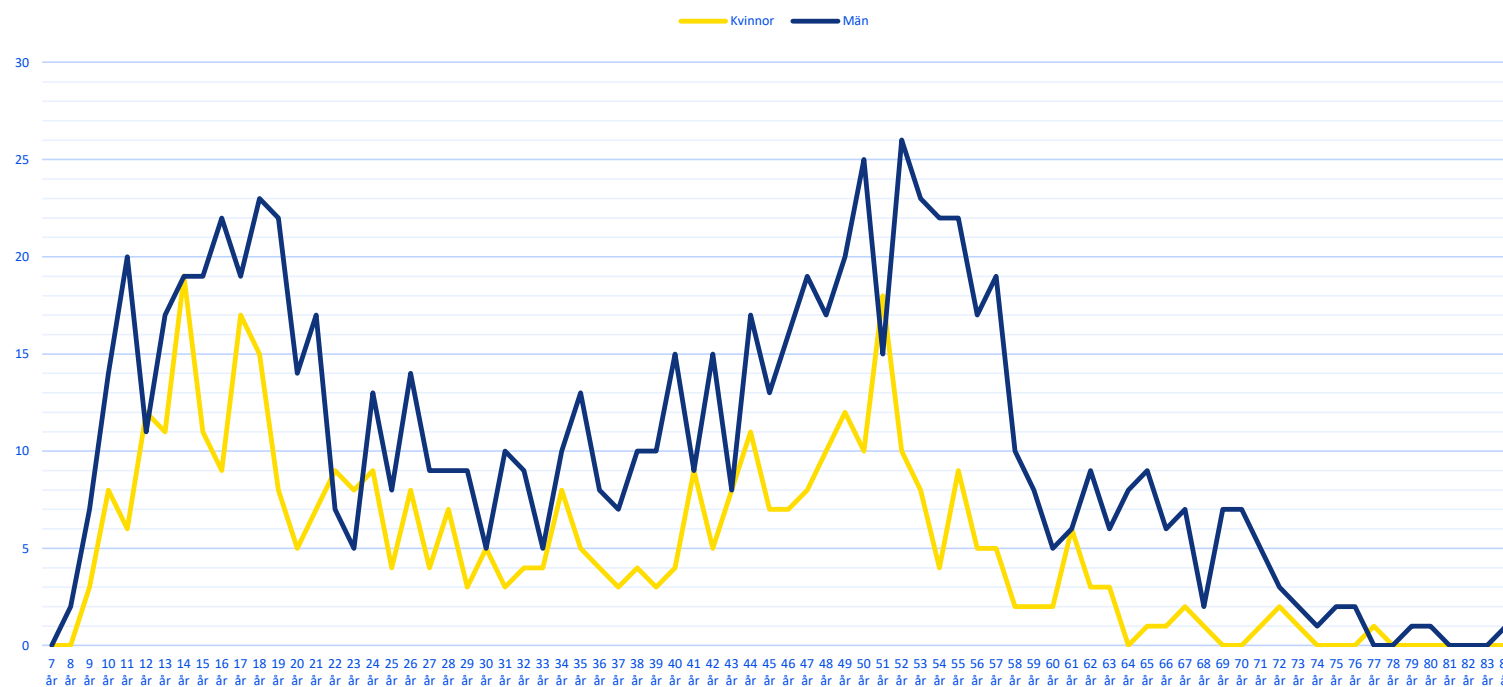
För att sträcka 3 eller 14 ska räknas som damsträcka, ska alla tre löpare vara damer.

Om någon löpare på sträcka 14 är från klasserna H18–40 räknas den som en sådan sträcka.

Inga spridningsmetoder förekommer.

Antal deltagare Tjoget 2022

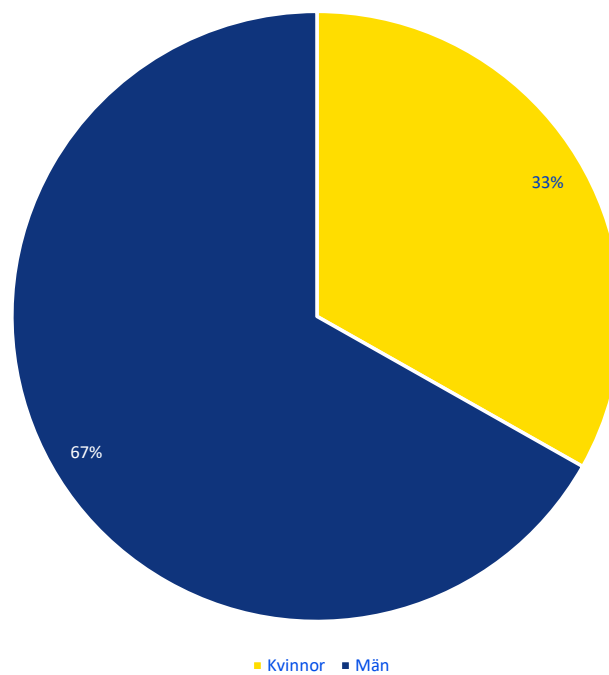
Antal deltagare per ålder och kön, Tjoget 2022



Diagrammet visar antal deltagare per uppdelat på ålder och kön i samband med Tjoget 2022. Den gula kurvan visar antalet kvinnor och den blå kurvan antalet män.

Könsfördelning Tjoget 2022

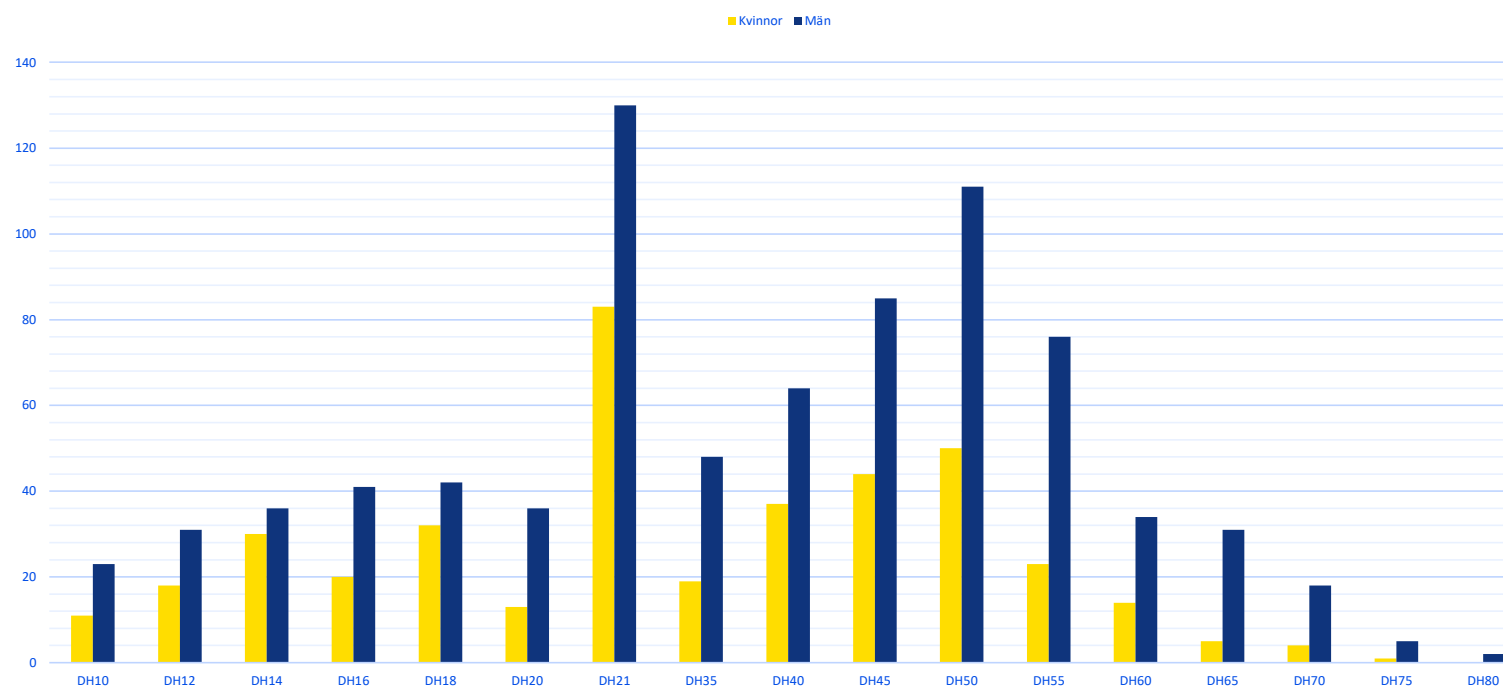
Könsfördelning Tjoget 2022



Diagrammet visar fördelning av deltagande kvinnor, gul, och deltagande män, blå, vid Tjoget 2022.

Antal deltagare per åldersklass

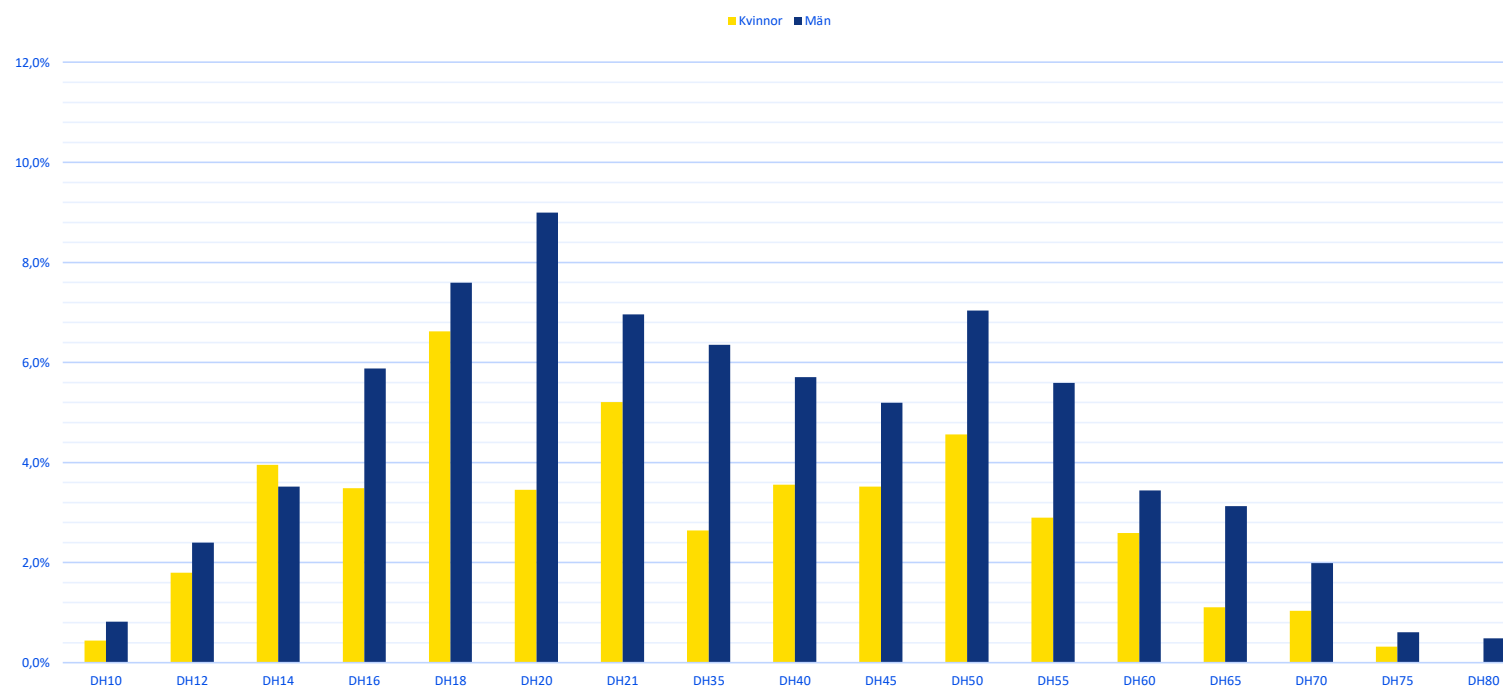
Antal deltagare per kön och åldersklass Tjoget 2022



Diagrammet visar antalet deltagare på Tjoget 2022 uppdelat på kön och de åldersklasser som används vid tävlingsarrangemang. De gula staplarna visar antalet kvinnor och de blå staplarna visar antalet män.

Andel deltagare per åldersklass

Andel deltagare per åldersklass, Tjoget 2022



Diagrammet visar andelen deltagare per åldersklass och kön på Tjoget 2022. Antalet deltagare i respektive åldersklass har satts i relation till det totala antalet unika startande i respektive åldersklass under 2022. De gula staplarna visar andelen kvinnor och de blå staplarna andelen män. Exempel: Andelen deltagare som tillhör klassen H20 är 9,0 procent. Det innebär att 9,0 procent av det totala antalet unika personer som tillhör klassen H20 och som deltog på minst en tävling under 2022 deltog på Tjoget samma år. Ju högre andel desto fler av det totala antalet unika startande i en åldersklass deltog på Tjoget 2022.



Svensk
Orientering

4

Tjoget 2023



Lagsammansättning Tjoget 2023



Sträcka	Löpare	Banlängd	Svårighetsnivå	Rätt att delta	
1	1	6,5 km	Blå	Alla	Dag
2	1	4,0 km	Gul	Alla	Dag
3	1-3	2,5 km	Vit	D/H-14, H60-, D50-	Dag
4	1	5,0 km	Blå	Alla	Dag
5	1	2,5 km	Vit	Alla	Dag
6	1	4,0 km	Blå	Damer	Dag
7	1	4,0 km	Orange	Alla	Dag
8	1	8,0 km	Blå	Alla	Natt
9	1	5,5 km	Blå	Alla	Natt
10	1	4,0 km	Gul	Alla	Natt
11	1	5,0 km	Blå	Alla	Gryning
12	1	3,0 km	Gul	Alla	Dag
13	1	4,5 km	Orange	Alla	Dag
14	1-3	4,0 km	Gul	Alla	Dag
15	1	4,5 km	Blå	Damer	Dag
16	1	8,0 km	Blå	Alla	Dag
17	1	4,5 km	Orange	Alla	Dag
18	1	3,0 km	Blå	Alla	Dag
19	1	8,0 km	Blå	Alla	Dag
20	1	5,0 km	Blå	Damer	Dag

Max 9 löpare från klasserna H18-40 får ingå i laget på sträckorna där alla har rätt att delta.

Minst 5 sträckor ska löpas av damer. Sträcka 6, 15 och 20 endast damer.

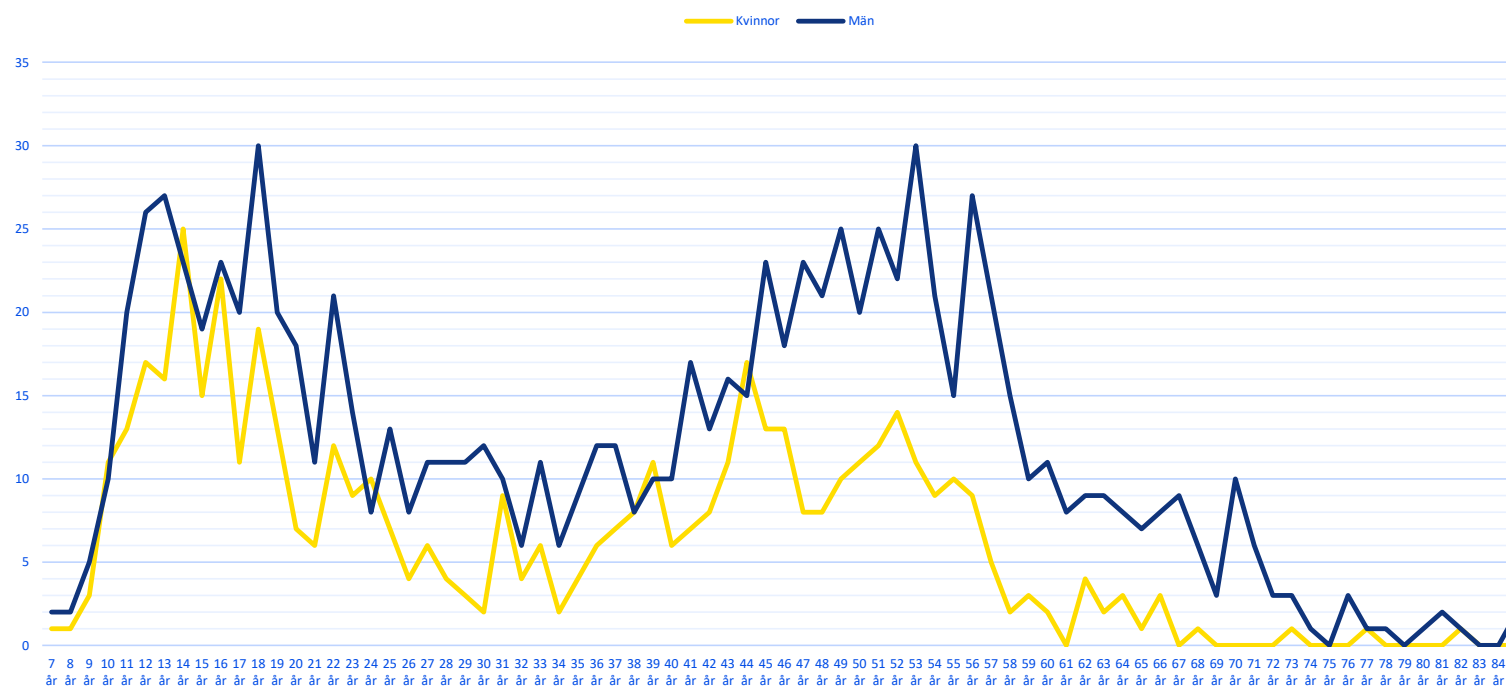
För att sträcka 3 eller 14 ska räknas som damsträcka, ska alla tre löpare vara damer.

Om någon löpare på sträcka 14 är från klasserna H18-40 räknas den som en sådan sträcka.

Inga spridningsmetoder förekommer.

Antal deltagare Tjoget 2023

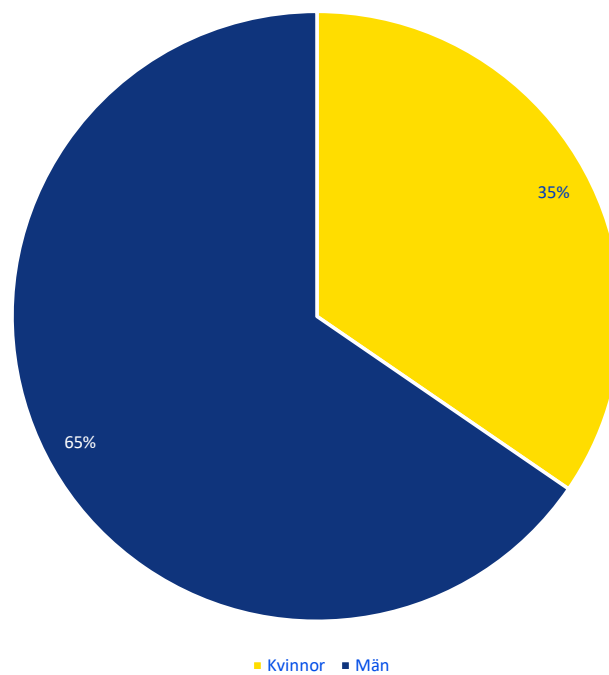
Antal deltagare per ålder och kön, Tjoget 2023



Diagrammet visar antal deltagare per uppdelat på ålder och kön i samband med Tjoget 2023. Den gula kurvan visar antalet kvinnor och den blå kurvan antalet män.

Könsfördelning Tjoget 2023

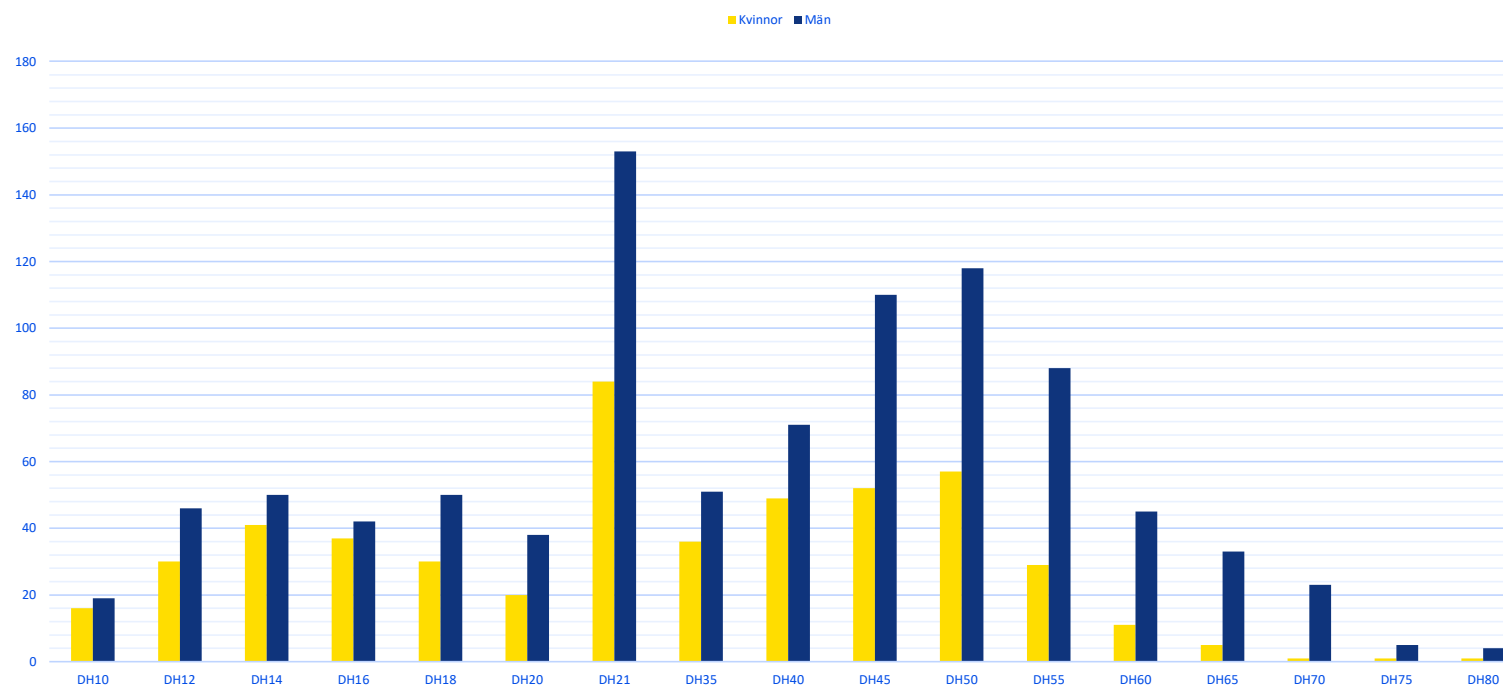
Könsfördelning Tjoget 2023



Diagrammet visar fördelning av deltagande kvinnor, gul, och deltagande män, blå, vid Tjoget 2023.

Antal deltagare per åldersklass

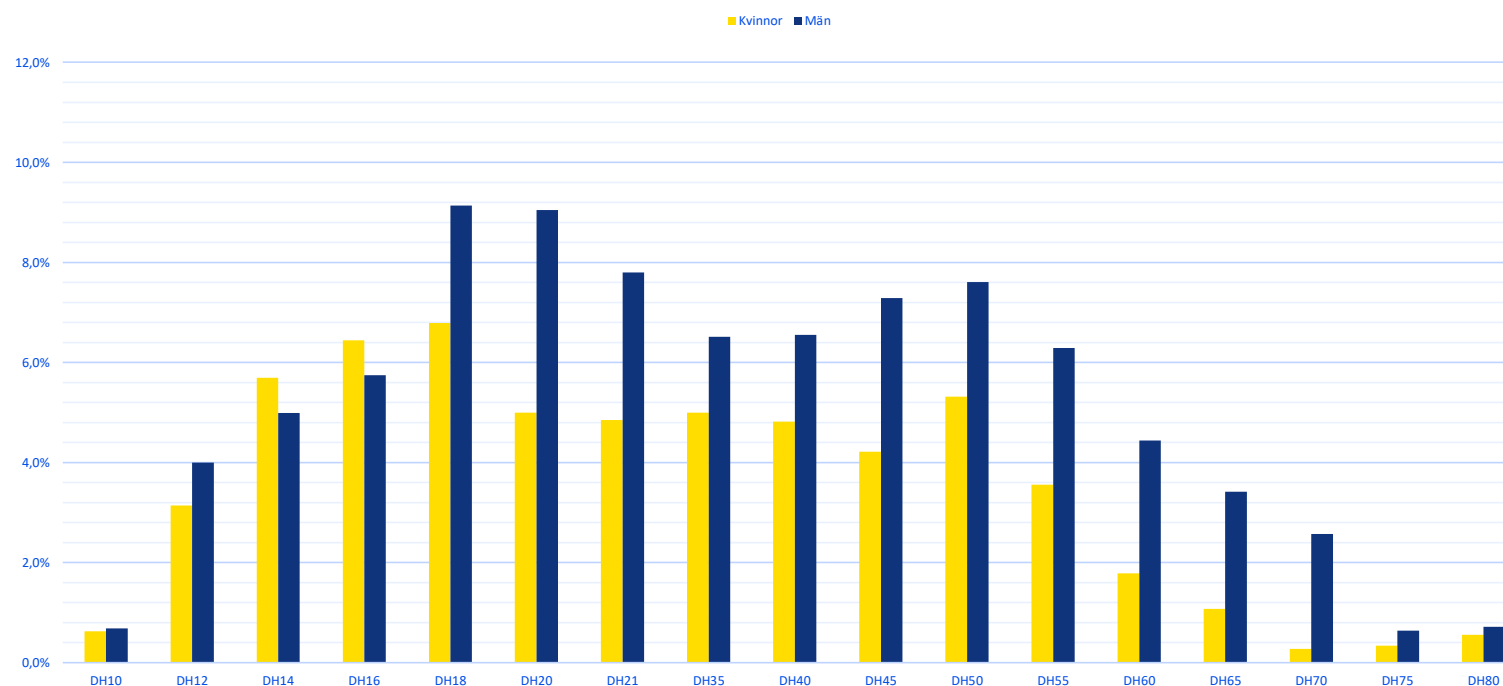
Antal deltagare per åldersklass, Tjoget 2023



Diagrammet visar antalet deltagare på Tjoget 2023 uppdelat på kön och de åldersklasser som används vid tävlingsarrangemang. De gula staplarna visar antalet kvinnor och de blå staplarna visar antalet män.

Andel deltagare per åldersklass

Andel deltagare per åldersklass, Tjoget 2023



Diagrammet visar andelen deltagare per åldersklass och kön på Tjoget 2023. Antalet deltagare i respektive åldersklass har satts i relation till det totala antalet unika startande i respektive åldersklass under 2023. De gula staplarna visar andelen kvinnor och de blå staplarna andelen män. Exempel: Andelen deltagare som tillhör klassen H20 är 9,0 procent. Det innebär att 9,0 procent av det totala antalet unika personer som tillhör klassen H20 och som deltog på minst en tävling under 2023 deltog på Tjoget samma år. Ju högre andel desto fler av det totala antalet unika startande i en åldersklass deltog på Tjoget 2023.



Svensk
Orientering

5

Tjoget 2024



Lagsammansättning Tjoget 2024



Sträcka	Löpare	Banlängd	Svårighetsnivå	Rätt att delta	
1	1	6,5 km	Blå	Alla	Dag
2	1	4,0 km	Gul	Alla	Dag
3	1-3	2,5 km	Vit	D/H-14, H60-, D50-	Dag
4	1	5,0 km	Blå	Alla	Dag
5	1	2,5 km	Vit	Alla	Dag
6	1	4,0 km	Orange	Alla	Dag
7	1	4,0 km	Blå	Damer	Dag
8	1	8,0 km	Blå	Alla	Natt
9	1	5,5 km	Blå	Alla	Natt
10	1	4,0 km	Gul	Alla	Natt
11	1	5,0 km	Blå	Alla	Gryning
12	1	3,0 km	Gul	Alla	Dag
13	1	4,5 km	Orange	Alla	Dag
14	1-3	4,0 km	Gul	Alla	Dag
15	1	4,5 km	Blå	Damer	Dag
16	1	8,0 km	Blå	Alla	Dag
17	1	4,5 km	Orange	Alla	Dag
18	1	3,0 km	Blå	Alla	Dag
19	1	5,0 km	Blå	Damer	Dag
20	1	8,0 km	Blå	Alla	Dag

Max 9 löpare från klasserna H18–40 får ingå i laget.

Minst 5 sträckor ska löpas av damer.

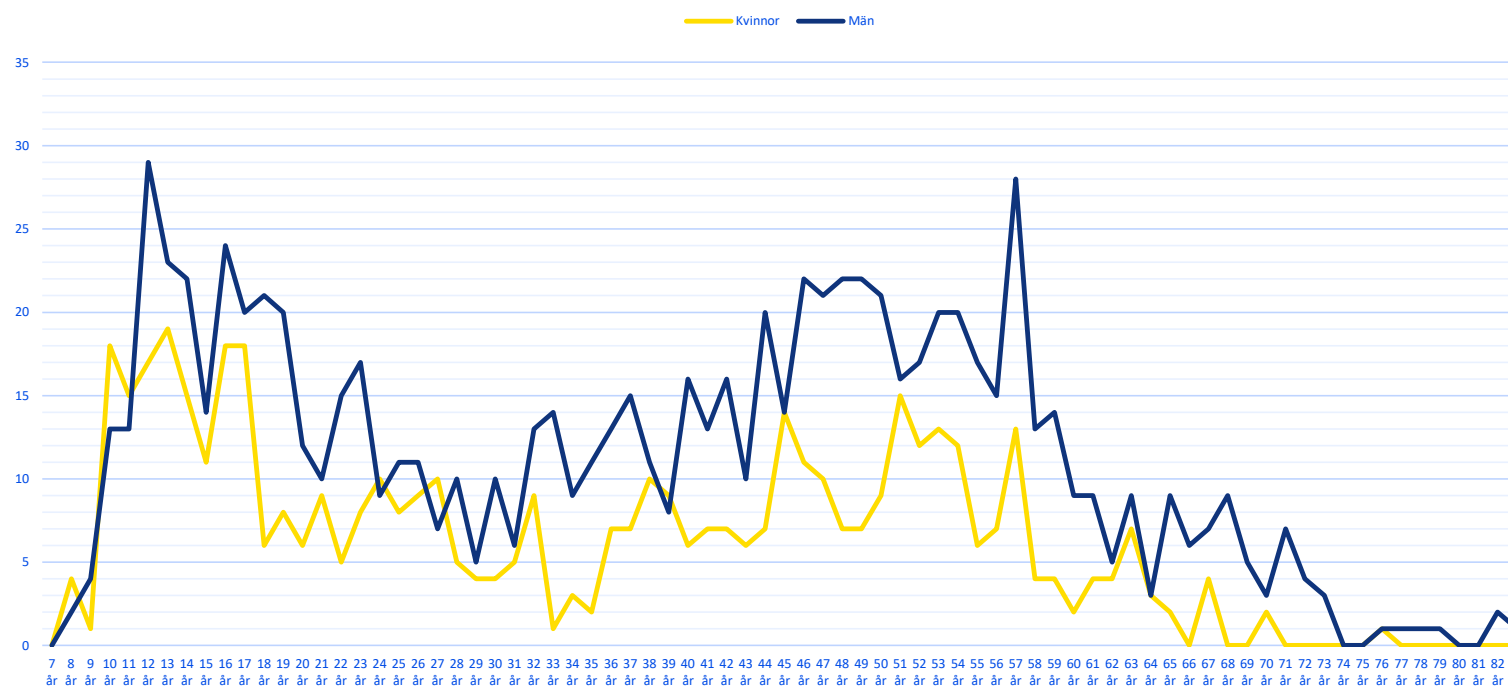
För att sträcka 3 eller 14 ska räknas som damsträcka, ska alla tre löpare vara damer.

Om någon löpare på sträcka 14 är från klasserna H18–40 räknas den som en sådan sträcka.

Inga spridningsmetoder förekommer.

Antal deltagare Tjoget 2024

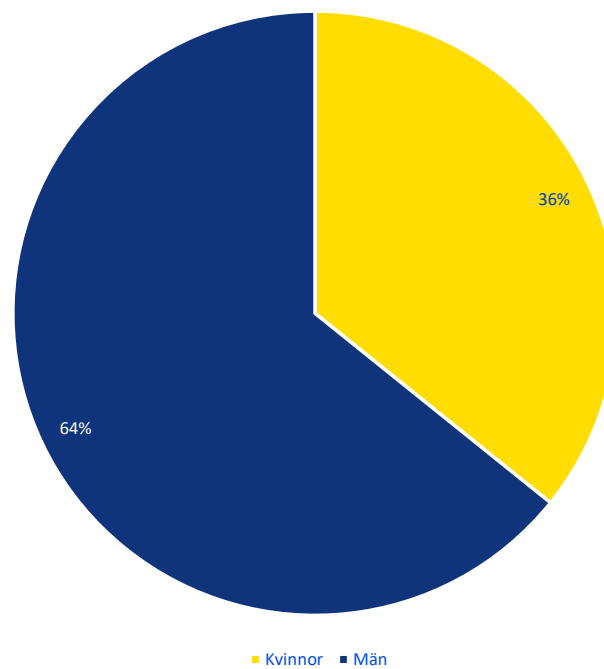
Antal deltagare per ålder och kön, Tjoget 2024



Diagrammet visar antal deltagare per uppdelat på ålder och kön i samband med Tjoget 2024. Den gula kurvan visar antalet kvinnor och den blå kurvan antalet män.

Könsfördelning Tjoget 2024

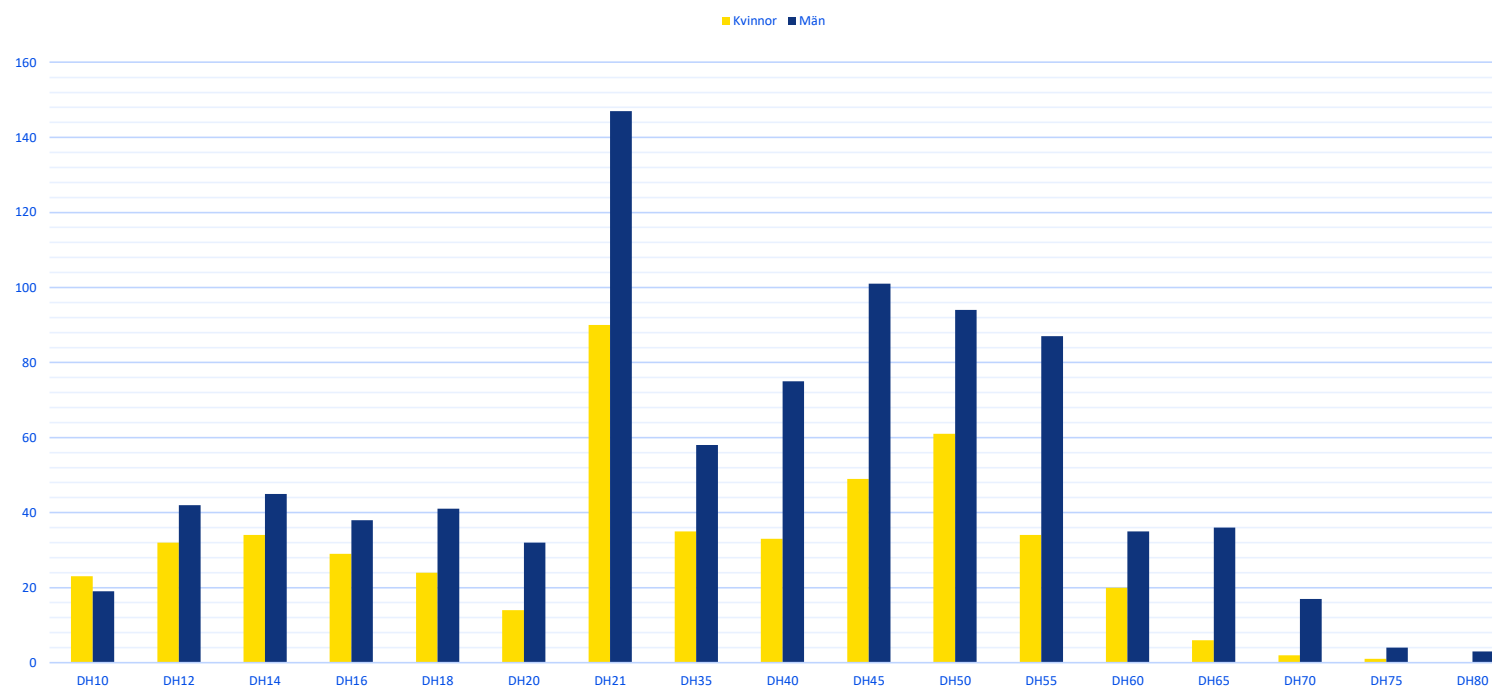
Könsfördelning Tjoget 2024



Diagrammet visar fördelning av deltagande kvinnor, gul, och deltagande män, blå, vid Tjoget 2024.

Antal deltagare per åldersklass

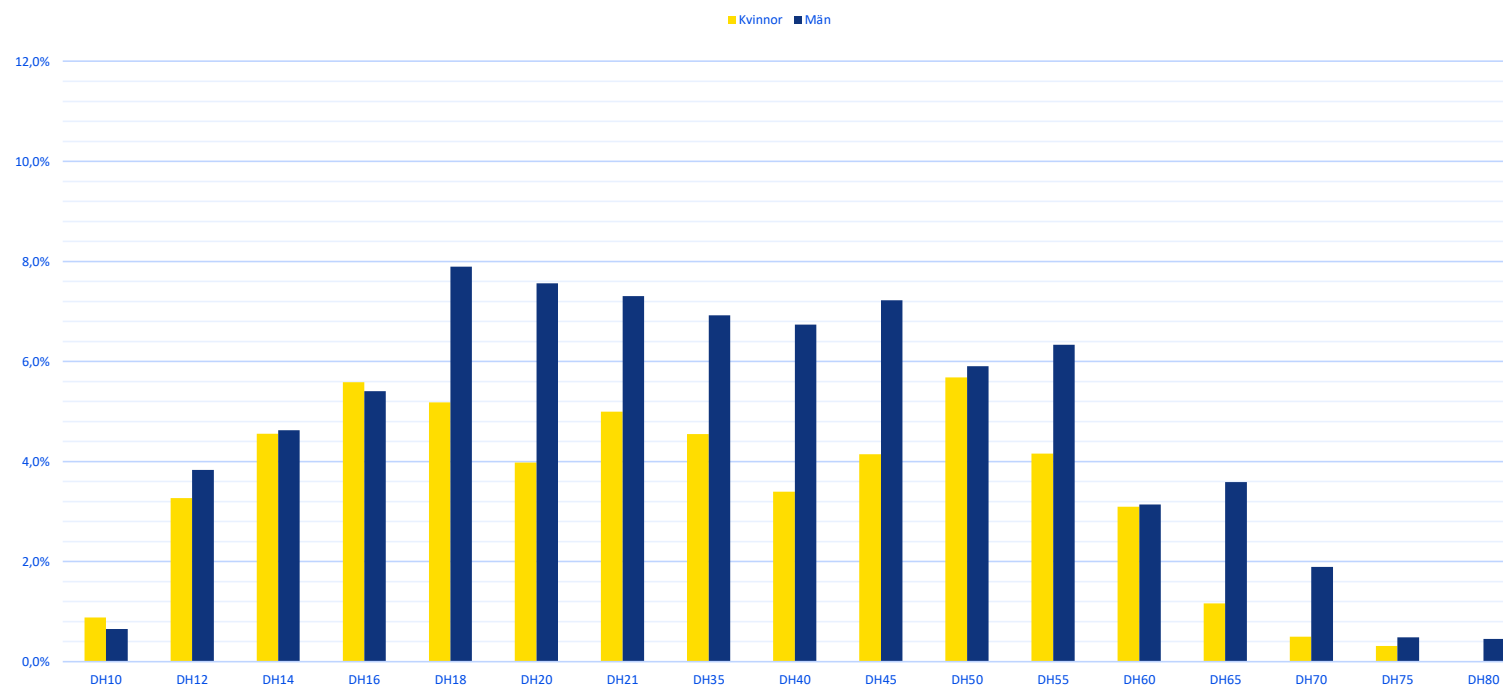
Antal deltagare per åldersklass Tjoget 2024



Diagrammet visar antalet deltagare på Tjoget 2024 uppdelat på kön och de åldersklasser som används vid tävlingsarrangemang. De gula staplarna visar antalet kvinnor och de blå staplarna visar antalet män.

Andel deltagare per åldersklass

Andel deltagare per åldersklass, Tjoget 2024



Diagrammet visar andelen deltagare per åldersklass och kön på Tjoget 2024. Antalet deltagare i respektive åldersklass har satts i relation till det totala antalet unika startande i respektive åldersklass under 2024. De gula staplarna visar andelen kvinnor och de blå staplarna andelen män. Exempel: Andelen deltagare som tillhör klassen D18 är 5,2 procent. Det innebär att 5,2 procent av det totala antalet unika personer som tillhör klassen D18 och som deltog på minst en tävling under 2024 deltog på Tjoget samma år. Ju högre andel desto fler av det totala antalet unika startande i en åldersklass deltog på Tjoget 2024.



Svensk
Orientering

6

Tjoget 2025



Lagsammansättning Tjoget 2025



Sträcka	Löpare	Banlängd	Svårighetsnivå	Rätt att delta	
1	1	6,5 km	Blå	Alla	Dag
2	1	4,0 km	Gul	Alla	Dag
3	1-3	2,5 km	Vit	D/H-14, H60-, D50-	Dag
4	1	5,0 km	Blå	Alla	Dag
5	1	2,5 km	Vit	Alla	Dag
6	1	4,0 km	Blå	Damer	Dag
7	1	4,0 km	Orange	Alla	Dag
8	1	8,0 km	Blå	Alla	Natt
9	1	5,5 km	Blå	Alla	Natt
10	1	4,0 km	Gul	Alla	Natt
11	1	5,0 km	Blå	Alla	Gryning
12	1	3,0 km	Gul	Alla	Dag
13	1	4,5 km	Orange	Alla	Dag
14	1-3	4,0 km	Gul	Alla	Dag
15	1	4,5 km	Blå	Damer	Dag
16	1	8,0 km	Blå	Alla	Dag
17	1	4,5 km	Orange	Alla	Dag
18	1	3,0 km	Blå	Alla	Dag
19	1	8,0 km	Blå	Alla	Dag
20	1	5,0 km	Blå	Damer	Dag

Max 9 löpare från klasserna H18–40 på sträckorna där alla har rätt att delta.

Minst 5 sträckor ska löpas av damer. Sträcka 6, 15 och 20 endast damer.

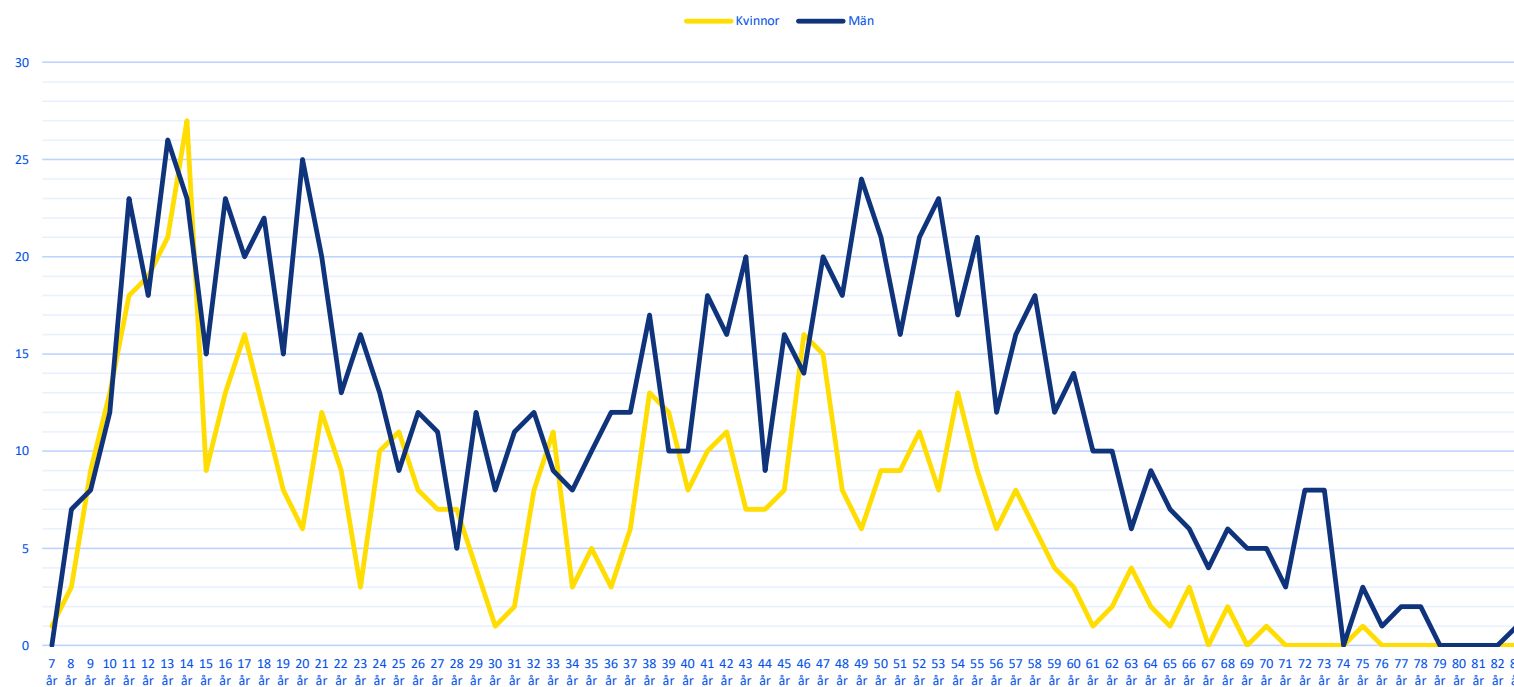
För att sträcka 3 eller 14 ska räknas som damsträcka, ska alla tre löpare vara damer.

Om någon löpare på sträcka 14 är från klasserna H18–40 räknas den som en sådan sträcka.

Inga spridningsmetoder förekommer.

Antal deltagare Tjoget 2025

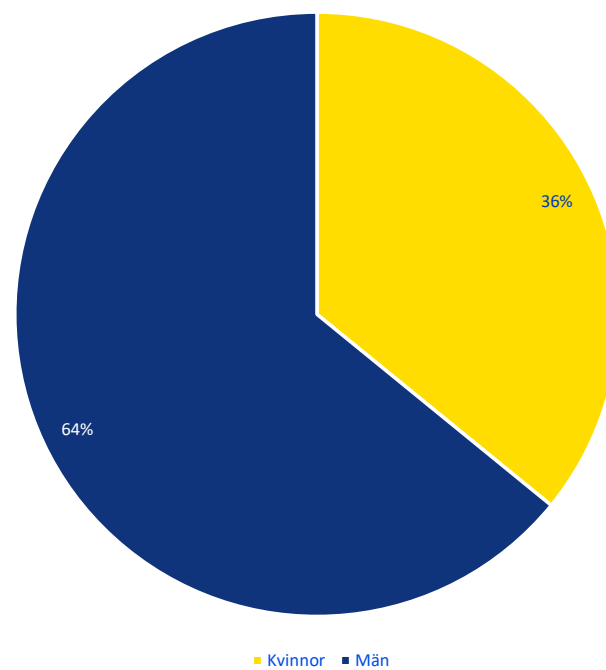
Antal deltagare per ålder och kön, Tjoget 2025



Diagrammet visar antal deltagare per uppdelat på ålder och kön i samband med Tjoget 2025. Den gula kurvan visar antalet kvinnor och den blå kurvan antalet män.

Könsfördelning Tjoget 2025

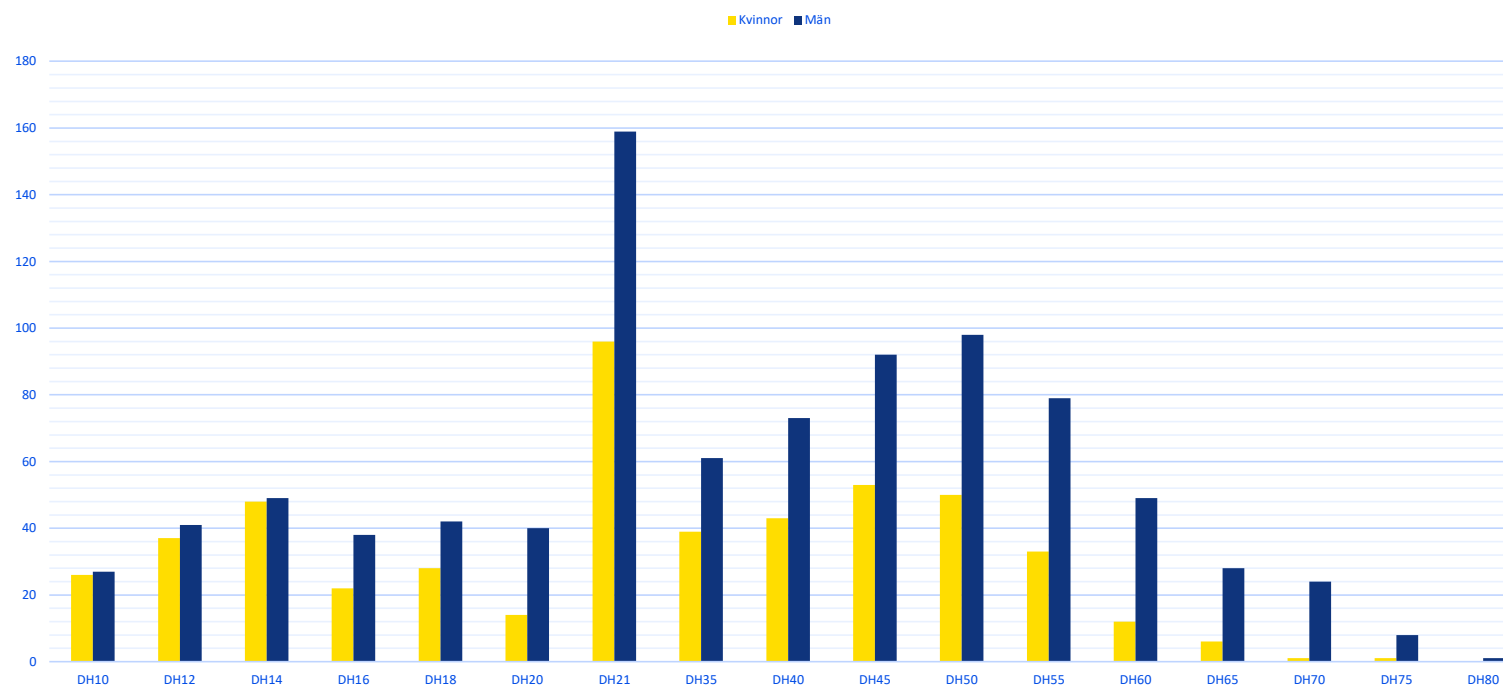
Könsfördelning Tjoget 2025



Diagrammet visar fördelning av deltagande kvinnor, gul, och deltagande män, blå, vid Tjoget 2025.

Antal deltagare per åldersklass

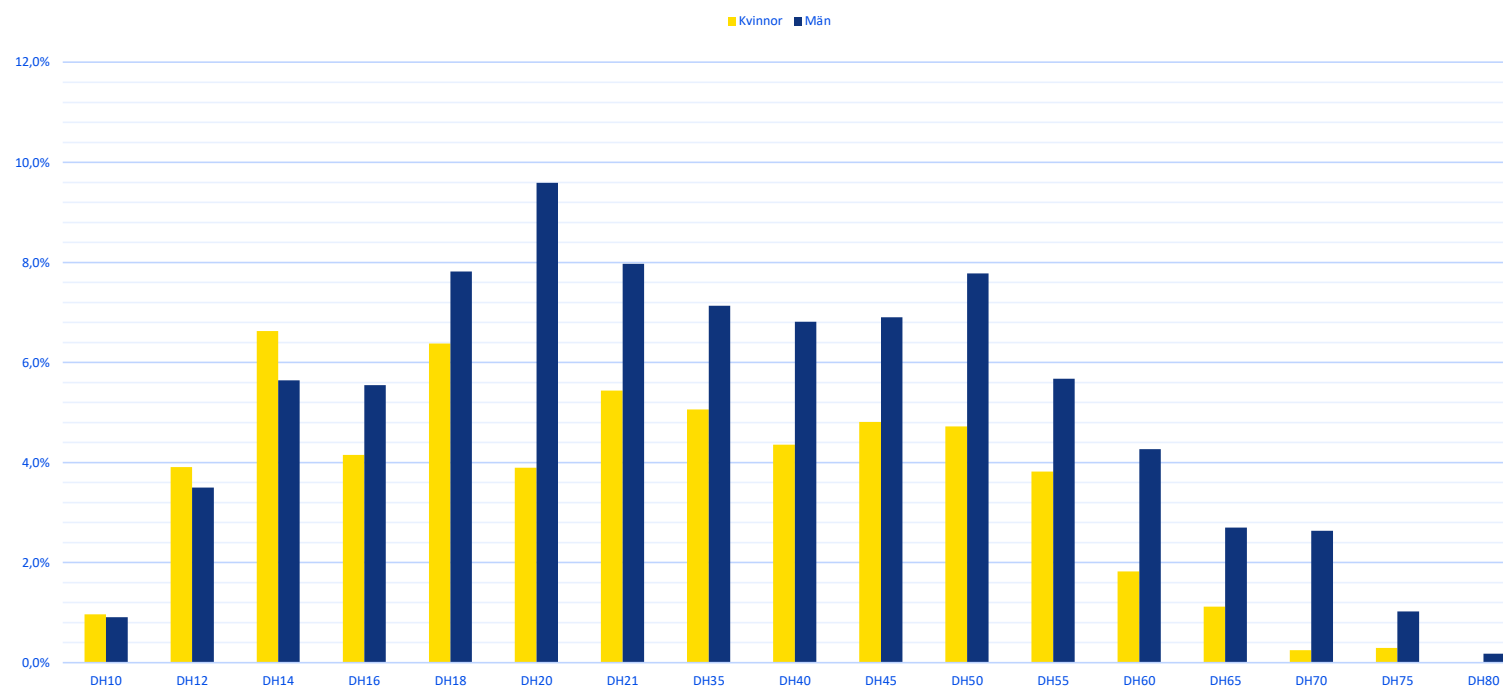
Antal deltagare per åldersklass Tjoget 2025



Diagrammet visar antalet deltagare på Tjoget 2025 uppdelat på kön och de åldersklasser som används vid tävlingsarrangemang. De gula staplarna visar antalet kvinnor och de blå staplarna visar antalet män.

Andel deltagare per åldersklass

Andel deltagare per åldersklass, Tjoget 2025



Diagrammet visar andelen deltagare per åldersklass och kön på Tjoget 2025. Antalet deltagare i respektive åldersklass har satts i relation till det totala antalet unika startande i respektive åldersklass under 2025. De gula staplarna visar andelen kvinnor och de blå staplarna andelen män. Exempel: Andelen deltagare som tillhör klassen D16 är 4,2 procent. Det innebär att 4,2 procent av det totala antalet unika personer som tillhör klassen D16 och som deltog på minst en tävling under 2025 deltog på Tjoget 2025 samma år. Ju högre andel desto fler av det totala antalet unika startande i en åldersklass deltog på Tjoget 2025.



Svensk
Orientering

6

Tjoget 2026



Inställd tävling 2026



”Tjoget 2026 är inställt på grund av värmen.

SMHI har utfärdat orange varning för höga temperaturer i södra Sverige och det förväntas bli uppemot 35 grader varmt under hela lördagen och majoriteten av söndagen.

Tävlingsledningen för Tjoget har sammanträtt och har i samråd med läkare och orienteringsförbundet konstaterat att vi inte kan genomföra tävlingen på ett säkert sätt i år. Vi har därmed valt att fatta det mycket tråkiga beslutet att helt ställa in årets Tjoget.”

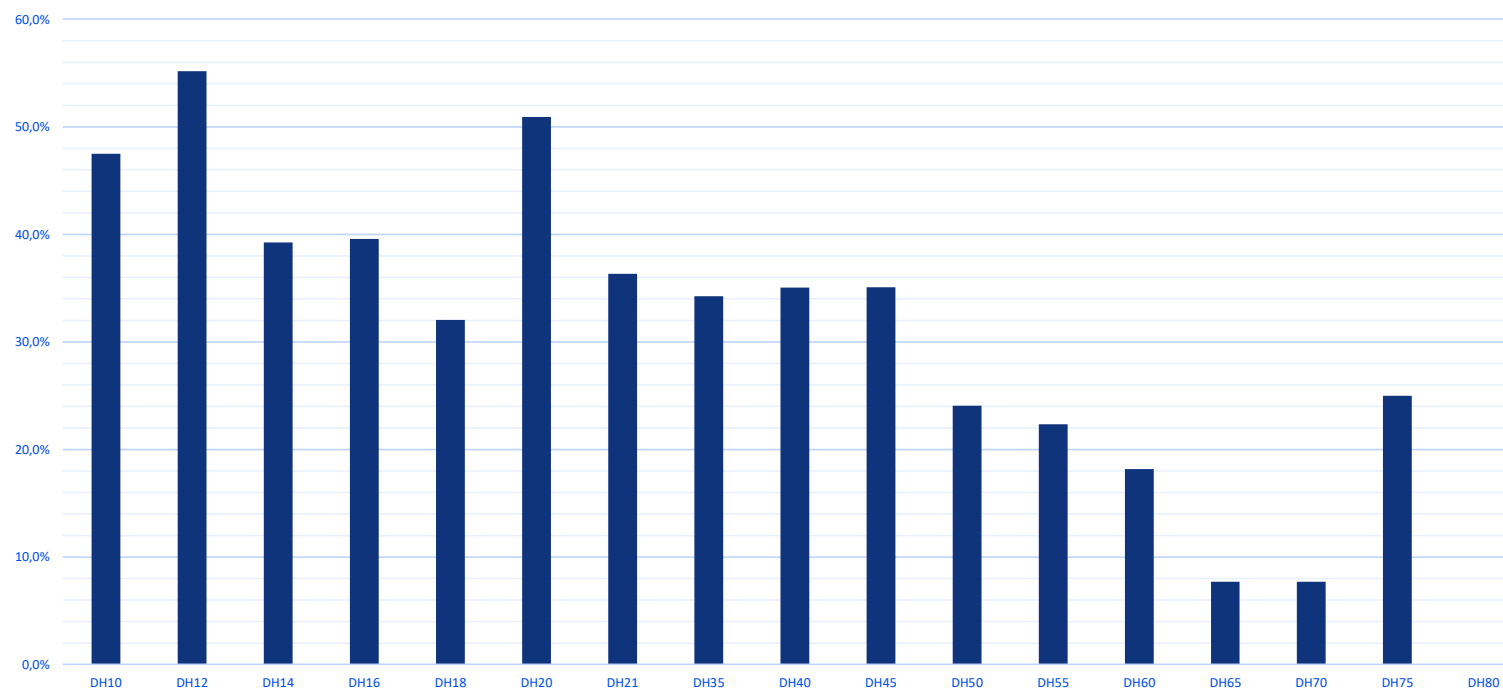
6

Könsfördelning 25-manna



Könsfördelning Tjoget 2019

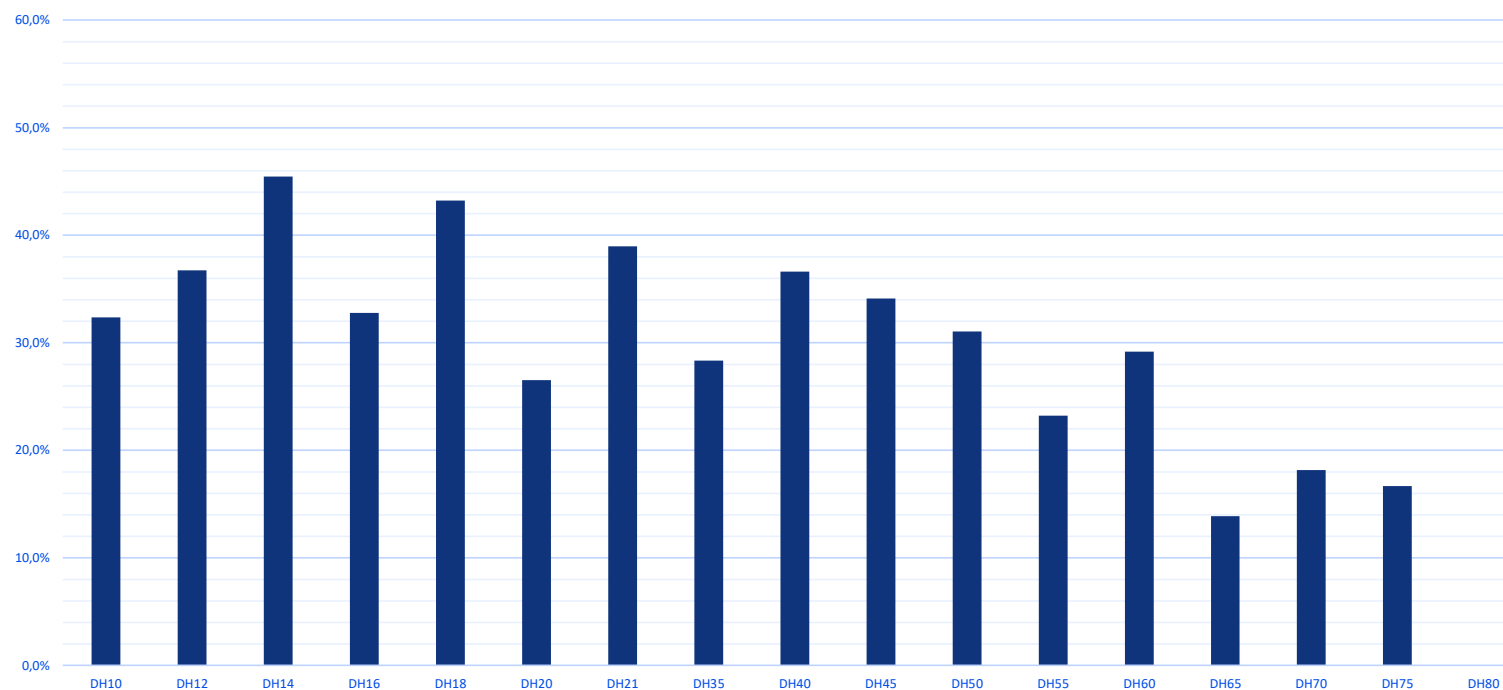
Andel kvinnor per åldersklass Tjoget 2019



Diagrammet visar andel kvinnor per åldersklass vid Tjoget 2019. Genom att jämföra olika år i relation till eventuellt förändrade förutsättningar för lagssammansättningen kan man få en bild av om det ger någon effekt i form av en högre andel kvinnliga deltagare. Jämförelse kan också göras med andra stafettävlingar som exempelvis 25-manna och Tiomila.

Könsfördelning Tjoget 2022

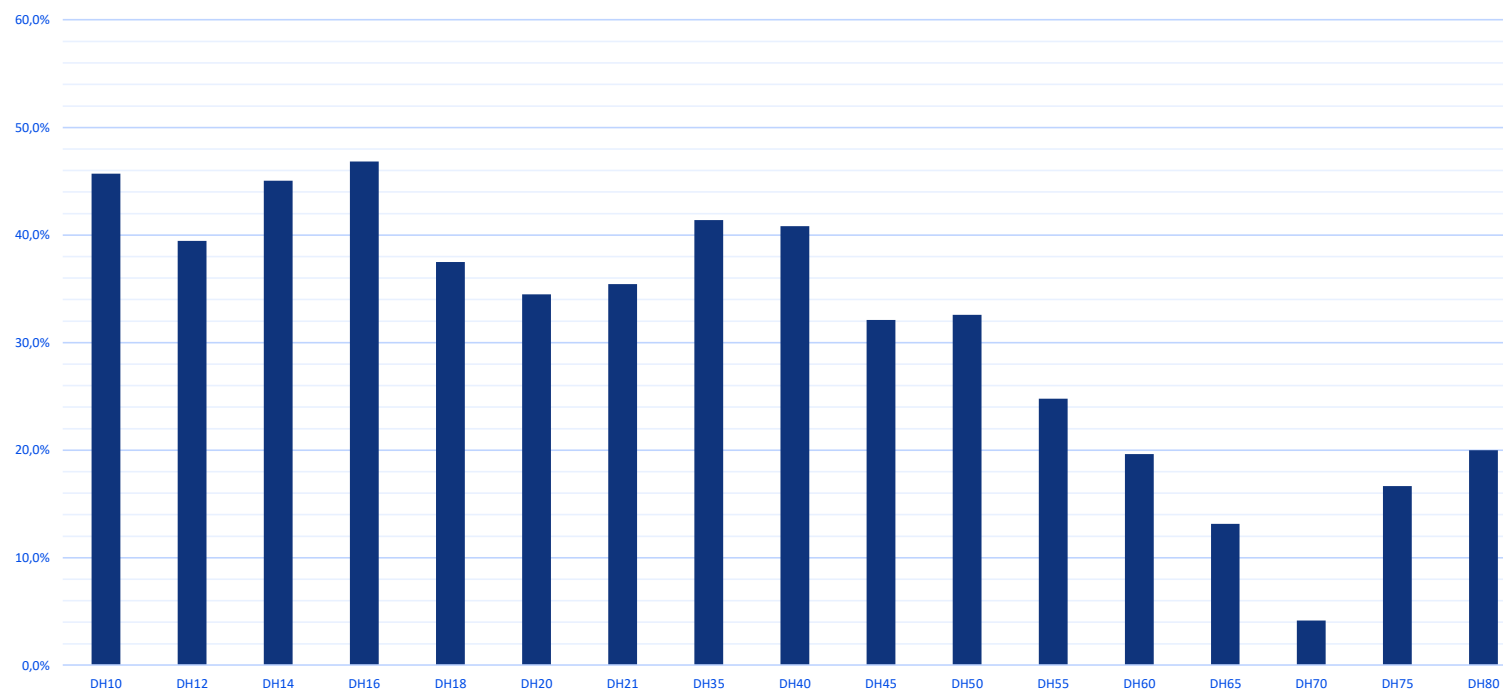
Andel kvinnor per åldersklass Tjoget 2022



Diagrammet visar andel kvinnor per åldersklass vid Tjoget 2022. Genom att jämföra olika år i relation till eventuellt förändrade förutsättningar för lagssammansättningen kan man få en bild av om det ger någon effekt i form av en högre andel kvinnliga deltagare. Jämförelse kan också göras med andra stafettävlingar som exempelvis 25-manna och Tiomila.

Könsfördelning Tjoget 2023

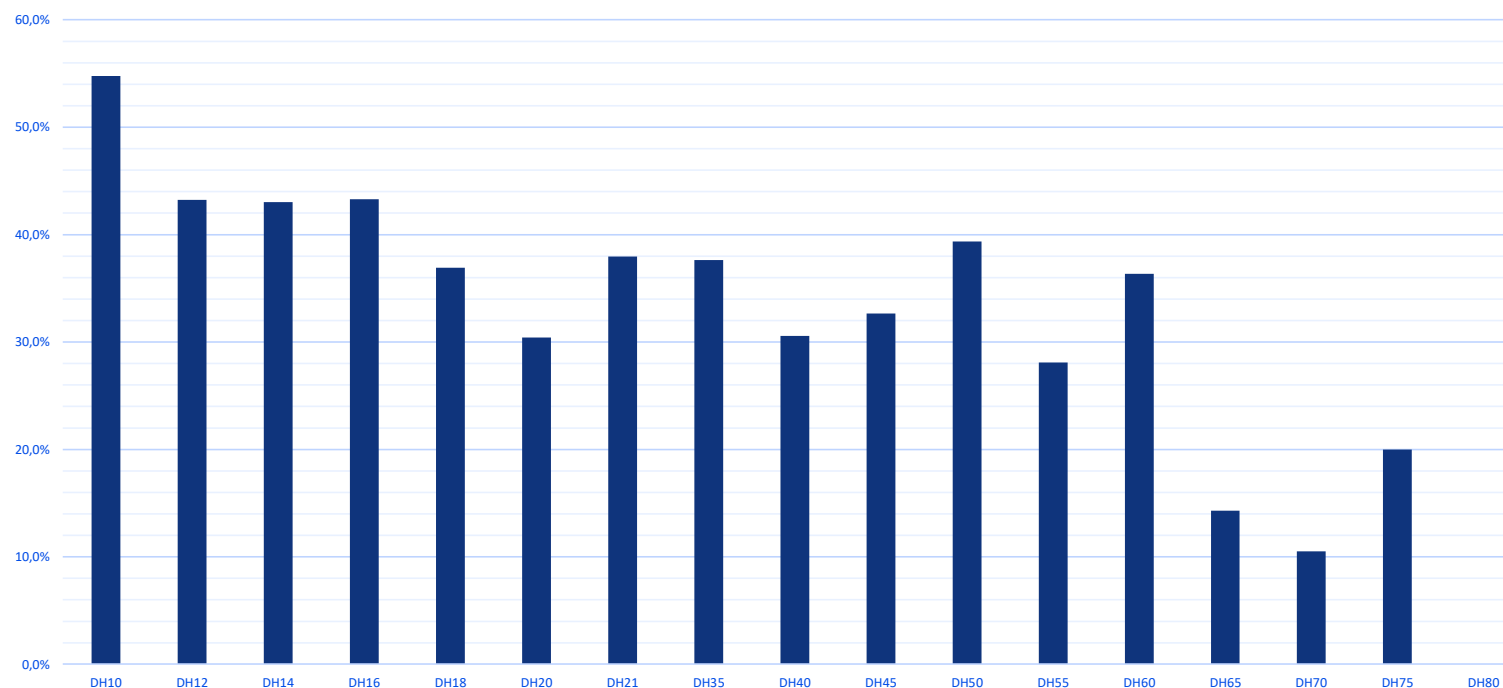
Andel kvinnor per åldersklass Tjoget 2023



Diagrammet visar andel kvinnor per åldersklass vid Tjoget 2023. Genom att jämföra olika år i relation till eventuellt förändrade förutsättningar för lagssammansättningen kan man få en bild av om det ger någon effekt i form av en högre andel kvinnliga deltagare. Jämförelse kan också göras med andra stafettävlingar som exempelvis 25-manna och Tiomila.

Könsfördelning Tjoget 2024

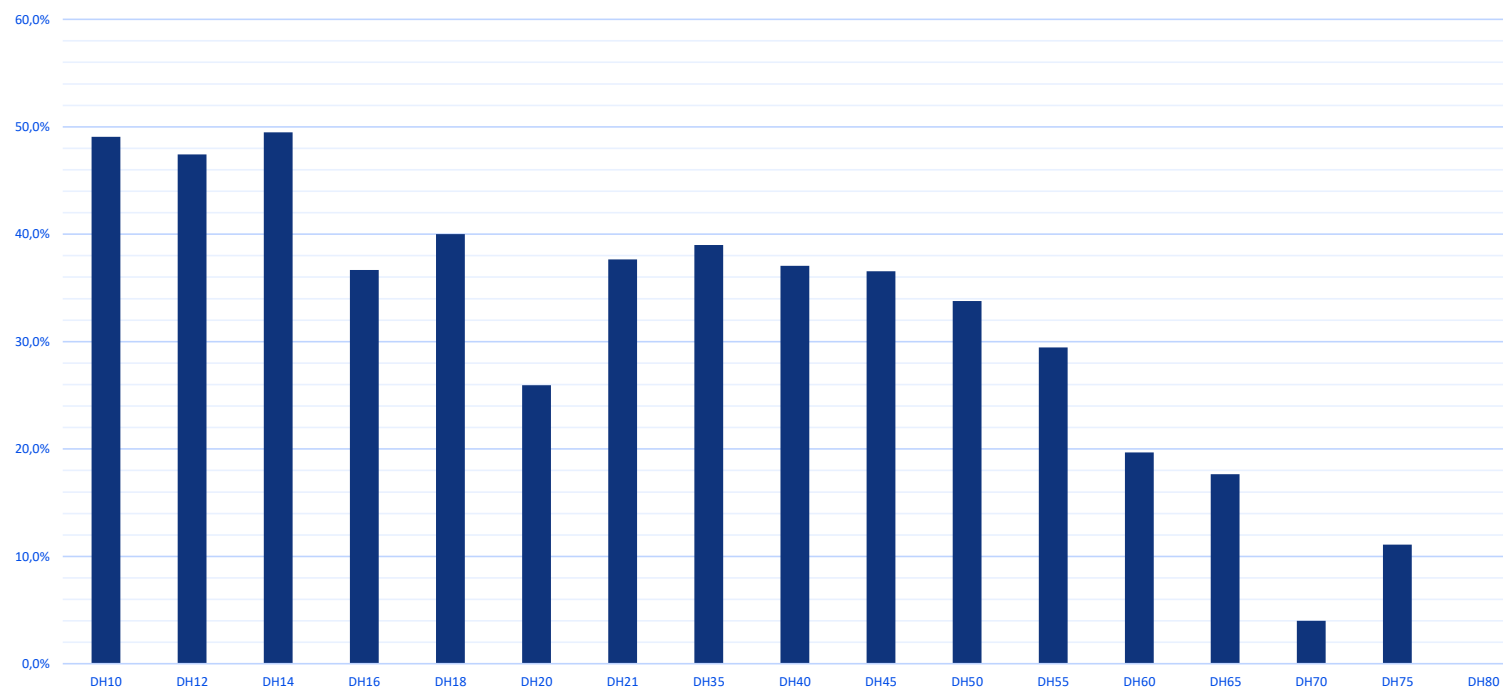
Andel kvinnor per åldersklass Tjoget 2024



Diagrammet visar andel kvinnor per åldersklass vid Tjoget 2024. Genom att jämföra olika år i relation till eventuellt förändrade förutsättningar för lagssammansättningen kan man få en bild av om det ger någon effekt i form av en högre andel kvinnliga deltagare. Jämförelse kan också göras med andra stafettävlingar som exempelvis 25-manna och Tiomila.

Könsfördelning Tjoget 2025

Andel kvinnor per åldersklass Tjoget 2025



Diagrammet visar andel kvinnor per åldersklass vid Tjoget 2025. Genom att jämföra olika år i relation till eventuellt förändrade förutsättningar för lagssammansättningen kan man få en bild av om det ger någon effekt i form av en högre andel kvinnliga deltagare. Jämförelse kan också göras med andra stafettävlingar som exempelvis 25-manna och Tiomila.

Inställd tävling 2026



”Tjoget 2026 är inställt på grund av värmen.

SMHI har utfärdat orange varning för höga temperaturer i södra Sverige och det förväntas bli uppemot 35 grader varmt under hela lördagen och majoriteten av söndagen.

Tävlingsledningen för Tjoget har sammanträtt och har i samråd med läkare och orienteringsförbundet konstaterat att vi inte kan genomföra tävlingen på ett säkert sätt i år. Vi har därmed valt att fatta det mycket tråkiga beslutet att helt ställa in årets Tjoget.”



KONTAKT

Lasse Greilert
lars.greilert@orientering.se

