

## Välkomna till Marsspelen 26-27 mars 2011 i Tybblelundshallen, Örebro.

Vi har i år närmare 1900 grenstarter och vi kan bara i undantagsfall och speciella grenar ta emot efteranmälningar. Dock ej i längd. Kostar 100 kr per grenstart.

### Hitta dit:

Tybblelundshallen ligger strax öster om Örebro Universitet, i Örebros östra del.

### I hallen:

Det är bra om ni ledare/åskådare har med ombytestsskor så vi inte får in grus och smuts i hallen. På läktaren vill vi inte ha väskor och annan utrustning. Lägg det under läktaren.

### INGET FOLK PÅ INNERPLAN SOM INTE TÄVLAR!!!

### Ombyte:

Hallen i Örebro har fyra omklädningsrum med dusch, två manliga och två kvinnliga. Det kan bli trångt så vi rekommenderar att man packar sina saker i väska och tar med in i hallen.

### Nummerlappar:

Hämtas ut i kuvert föreningsvis och finns vid kiosk/servering till vänster när man kommer in i cafeterian. Nummerlappar får ni behålla!

### Uppvärmning:

Kan ske inomhus i mån av plats. Bakom läktare på finns tre banor på 130 m.

### Avprickning:

I LÖPGRENARNA 45 minuter före start på listor bakom "lilla läktaren".

Ange årsbästa vid avprickningen! Övriga har upprop vid tävlingsplatsen 15 minuter före start.

### Till Final:

På 60 m heatsegrare plus tider. Vid fyra heat eller mer de åtta bästa tiderna till final.

På 60 m häck och 200 m löps i seedade heat utan final.

### Längd och kula:

Alla får tre försök. De åtta bästa efter tre omgångar går vidare till ytterligare tre försök.

### [Höjningsschema i höjdhopp](#)

### Resultatlista:

Uppsättes bredvid avprickningen. På söndag kväll kan du läsa alla resultat på nätet: [www.stocksater.se/marsspelen.asp](http://www.stocksater.se/marsspelen.asp)

### Tidsprogram:

Är mycket "tajt" rakt igenom. På 60 meter och 200 m t.ex. startar ett heat var 4:e minut!!!!!! Passa tiderna! Fixa startblock när föregående löpare lämnat dem!

### Priser:

Plaketter till 1, 2 och 3. **PRISUTDELNING SKER OMEDELBART EFTER MÅLGÅNG** på löpningarna och **direkt efter avslutad teknikgren**. Mars-choklad och minnesplakett till alla! Gå till prispallen och tala om klubb och namn!

### Servering:

Finns till höger efter entré. VI SÄLJER PASTASALLAD MED KYCKLING inkl. bröd, smör och läsk för 60 kr. Övrigt är: korv, kaffe, te, kaffebröd, läsk, m.m.

Precis som tidigare år säljer vi FRIIDROTTSTRÖJOR MED ALLA FRIIDROTTSGRENAR.

### Försäljning:

Global Sport kommer att finnas i hallen och sälja skor och annan friidrottsutrustning.

# VÄLKOMNA!

## Stocksätters IF - Åsbro GoIF