

## Välkomna till Marsspelen 24-25 mars 2012 i Tybblelundshallen, Örebro.

Vi har i år drygt 1400 grenstarter och efteranmälan är möjlig i de flesta grenar. Dock ej längd i de yngsta åldersklasserna. Kostar 120 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 ombytest skor 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 läktaren 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 höjd hopp](#)

### Resultatlista:

Uppsättes bredvid avprickningen. Resultatlista på nätet uppdateras fortlöpande under tävlingens gång: [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 prisballen och tala om klubb och namn!

### Servering:

Finns till höger efter entré. VI SÄLJER PASTASALLAD MED KYCKLING lördag och MED ROSTBIFF söndag 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