

# PM FÖR DELTAGARE

## NCC-spelen och Öppna Inomhus-DM

### 23-24 januari 2010

**MAI hälsar alla varmt välkomna till NCC-Spelen i Athleticum vid Malmö Stadion. För att underlätta för samtliga så vill vi att Ni tar noga del av de anvisningar som finns i detta PM.**

**Omklädningsrum:** All omklädning sker på Malmö Stadion.  
Lämna **EJ kvar värdesaker** i omklädnadsrummen.

**Uppvärmning:** All uppvärmning sker inne i Löpargången under Stadionläktaren på Malmö Stadion.

**Avprickning/Upprop:** Avprickning sker endast i löpgrenar 60 min före utsatt starttid. Avprickningslistor finns i Athleticum. Muntligt upprop sker 15 min före respektive grens start vid startplatsen.

**Nummerlappar:** Alla deltagarna ska bära nummerlapp som erhålles vid entrén.

**Spiklängder:** I hoppgrenar max 9 mm och i löpgrenar max 6 mm.

**Kvalificering:** På 60m och 60m häck genomförs försök och final, 8 bästa tiderna går till final.

**Efteranmälan:** Kan göras i mån av plats mot mot dubbel avgift i sekretariatet.

- Övrigt:**
- Om försöken utgår så genomförs final på försökstid.
  - På 400m och längre ska en klisterlapp med ett nummer sättas på byxsidan.
  - Väskor **får EJ** tas med in på tävlingsplatsen.
  - Vistelse på tävlingsplatsen **är tillåten** endast för aktuella tävlande och tjänstgörande funktionärer/domare.

**Längd I:** Vid målet för 200m.  
**Längd II:** Utmed gatan närmast huvudentrén.  
**Längd III:** Utmed gatan närmast styrkeutrymmet.  
**Tresteg I:** Samma som Längd I.  
**Höjd II:** Efter 60m målet.

