



Parasport Västmanland, RBU Västerås och Västerås FK har det stora nöjet att välkomna er till Mälarserien Västerås!

Lördagen den 21 september på Arosvallen

[Här hittar du en karta till arenan.](#)

Deltagare: Startlista hittar du [här](#). Anmälan samt avanmälan tas emot fram till fredag 20/9 kl. 12.00 till henrik@vasterasfriidrott.se därefter på plats i sekretariatet den 21/9 senast 10.30.

Nummerlappar: Samma nummerlapp som används vid tidigare tävlingar. Har man ingen nummerlapp kan en ny hämtas i sekretariatet.

Resultat: Hittar du på webathletics.se direkt efter avslutad gren.

Tävlingsregler: Kula - 3 stötar var. Seniorer stötar med 5 kg, juniorer med 4 kg och ungdomar med 2 kg. Längd – 3 hopp var. Alla hoppar med hoppzon som kommer placeras framför plankan mot gropen. Höjd – Ingångshöjd 85 cm sedan 5 cm höjning till 120 cm därefter 3 cm. Ensam tävlande kvar väljer nästa höjd.

Start: I löpgrenar används vanlig startpistol (ej el)

Kiosk: Det kommer finnas en enklare kiosk som serverar smörgåsar, korv med bröd, dryck och fikabröd.

Övrig info: besvaras av Katarina Janderberg 070-594 11 79 eller katarina.janderberg@outlook.com

VÄLKOMNA!