

PM

Massa Lind Outdoor Throwing 14 februari 2026

IF Göta Karlstad hälsar samtliga deltagare välkomna till Massa Lind Indoor Throwing!

- Upprop:** Sker 10 minuter före start i teknikgrenar.
- Efteranm:** Kan endast tas emot i mån av plats och mot dubbel avgift.
- Slägga/Diskus:** Samtliga klasser: Tre kast + tre finalkast för de åtta främsta.
- Egna redskap:** Redskap kan lämnas in för invägning 45 minuter före respektive grenstart. Invägningen sker inne i Eva Lisa Holtz arena.
- Resultat:** Resultaten uppdateras kontinuerligt via [easyrecord.se](https://www.easyrecord.se).
- Mat/Kiosk:** Det finns enklare kioskförsäljning i arenan. 150 m från arenan ligger Allégrillen och en livsmedelsbutik.
- Omklädn:** Omklädningsrum och toaletter ligger inne Eva Lisa Holtz arena.
- Arena:** Massa Lind arena . Adress: Johan Banérs väg 5, 653 48, KARLSTAD . Välj avfart med skyltning mot Skåre / Råtorp från E18 och följ därefter skyltning mot Solstadens sportcenter och Eva Lisa Holtz arena. För de som kommer på E18 från Stockholmshållet är det direkt efter bron över Klarälven.
- Parkering:** Det finns parkeringar i direkt anslutning till arenan.

***VI HOPPAS PÅ TREVLIGA TÄVLINGAR OCH
ÖNSKAR SAMTLIGA DELTAGARE LYCKA TILL!***