

## Info och schema för Mälarenergi Cup i Västerås (11–12 april)

Nu närmar det sig äntligen Mälarenergi Cup! Vi ser fram emot en riktigt rolig helg i Västerås med massor av innebandy och häng med lagkamraterna. Här kommer viktig information inför cupen.

### Hjälp från vårdnadshavare

Samtliga hållpunkter finns i schemat nedan.

Vårdnadshavare ansvarar för att:

- ert barn tar sig till och från Västerås samt viss transport inom Västerås (se nedan)
- barnets sovplats i Fridnässkolan iordningställs vid incheckning och packas undan och städas ur vid utcheckning
- **alltid vara kontaktbara. Även nattetid. Stäng av ev. tysta notiser.**

Kommer ni som vårdnadshavare inte vara med alls under cupen ansvarar ni för att prata ihop er med en annan vuxen som kommer att vara på plats.

**Prata med valfri ledare om det finns saker vi behöver veta om eller vara beredda på. En del är till exempel mer osäkra än andra kring att vara borta från familjen.**

### Samling och transport

Vi samlas lördagen den **11 april kl. 08:30 vid Pettersbergshallen** för vår första match.

Alla på plats hjälps åt med transporter inom Västerås. I dagsläget är det osäkert hur många ledare som har bil. Prata gärna ihop er om samåkningsmöjligheter. Detta gäller även till och från Västerås.

Avståndet mellan boendet, måltidsplatsen och hallarna är långt. Räkna med att behöva biltransport överallt. Mellan boendet och Coremhallen är det visserligen gångavstånd, men vi behöver åka långt för att äta lunch mellan match 3 och match 4.

### Boende och packning

Vi kommer att bo på **Fridnässkolan** som ligger ganska centralt i Västerås.

- **Packa lätt:** Allt ska få plats i bilarna – packa därför lite och smart
- **Sova:** Ta med egen madrass (**enkel**, dubbelmadrass får ej plats) och sängkläder.
- **Utrustning:** Matchtröja (svart och gul), gula strumpor, klubba, skor, glasögon och vattenflaska.
- **Ombyte och hygien:** Lämpligt ombyte, handduk och hygienartiklar. Ta med ett par galgar att hänga upp matchkläder och handduk på. Tyvärr har inte våra nya overaller kommit, men ta gärna en äldre om ni har en som passar.
  - **Tänk på att packa ombyte, handduk och duschprylar i en egen väska separat från övernattningspackningen – duschar finns bara i hallarna, inte på skolan.**
- **Mat/dryck:** Ta med lördagssnacks och lämpliga mellanmål. Snacks och läsk tar vi först efter lördagens sista match.
- **Mediciner:** Packas efter behov. Om det finns något vi ledare behöver känna till eller hjälpa till med – hör av er till någon av oss.

## Viktigt om trafik och regler

På lördagen kl.15.00 är det allsvensk premiär i fotboll för VSK på Rocklunda och det innebär mycket folk och trafik i området. Behöver man parkera kring Rocklunda så behöver man göra det i god tid innan eller efter fotbollsmatchen.

- **Förbud:** Tutor och elsparkcyklar är helt förbjudna inomhus i alla arenor och boenden.

## Måltider

Frukost äter vi på skolan. Lunch och middag serveras på Rocklunda Restaurang & Bistro (ABB Nord).

- **Lördag:** Kebabbytt (lunch), Tacobuffé (middag).
- **Söndag:** Havregrynsgröt/fil/mackor (frukost), Lasagne (lunch).

---

### Lördag 11 april

Tid	Aktivitet	Plats
08:30	Samling inför första matchen	Pettersbergshallen
09:30	<b>MATCH 1:</b> Hagunda IF vs Bälinge IF	Pettersbergshallen
ca 11:30	Lunch (Kebabbytt)	Rocklunda Restaurang (ABB Nord)
13:15	<b>MATCH 2:</b> Bälinge IF vs IBF Falun <ul style="list-style-type: none"><li>• Obligatorisk dusch efter matchen</li></ul>	Pettersbergshallen
ca 15:00	Incheckning på boendet	Fridnässkolan
ca 18:00	Middag (Tacobuffé)	Rocklunda Restaurang (ABB Nord)
Kväll	Lagaktiviteter & Övernattning	Fridnässkolan

### Söndag 12 april

Tid	Aktivitet	Plats
08:00	<ul style="list-style-type: none"><li>• Frukost (barn och ledare)</li><li>• Städning/utcheckning (vårdnadshavare)</li></ul>	Fridnässkolan
10:15	<b>MATCH 3:</b> Bälinge IF vs Sköndals IK 2	Coremhallen 1
ca 12:00	Lunch (Lasagne)	Rocklunda Restaurang (ABB Nord)
14:00	<b>MATCH 4:</b> BKI Sunnanå 1 vs Bälinge IF <ul style="list-style-type: none"><li>• Dusch om så önskas</li></ul>	Coremhallen 1
15:00	Cupen slut – Hemfärd mot Bälinge	-

---

### Att tänka på för medföljande familjemedlemmar

- Cuparrangören har utvecklat en egen mobilapp. I den finns all info om cupen. Sök på Mälarenergi Cup.
- Medföljande föräldrar och syskon hanterar transport och ev. boende själva.
- Om ni planerar att äta i samband med ert barns måltider finns matvagnar (Korvolle och Mozza) vid ABB Syd. Rocklunda Restaurang har öppet för lunchbuffé i mån av plats.
- Tips: passa på att utnyttja erbjudandet hos O'Learys (15% rabatt) eller besök Kokpunkten eller Jump Yard om ni har tid över. Erbjudanden finns på evenemangets webbplats.

Nu kör vi - Heja Bälinge!

/Ledarna