



Föreningsläger 2026

Hej F2015-tjejer och föräldrar!

Nu är det snart dags för det efterlängtade föreningslägret i Lindesberg 14-16 augusti.

Vi blir 21 tjejer, 9 ledare och ett gäng föräldrar som åker på sommarens äventyr. Det blir en fantastisk helg med handboll, skratt, svett och gemenskap!

Resa

Fredag 14 augusti

- Samling vid Idrottshuset **13.30**
- Bussen åker mot Lindesberg **14.00**

Söndag 16 augusti

- Bussen åker från Lindesberg cirka **14.00**.
- Bussen är vid Idrottshuset cirka **16.00**.

För föräldrar som åker i egen bil finns parkering vid Lindesberg Arena.

Boende

Vi bor på **Lindeskolan**, precis intill Lindesberg Arena.

Mat

Alla måltider serveras i matsalen som ligger mellan Lindeskolan och Lindesberg Arena.

På fredag och lördag kväll serveras kvällsfika (macka, saft och kaffe) i Lindesberg Arena.

Tjejerna får gärna ta med eget mellanmål eller snacks om de vill, det är ganska långt mellan måltiderna på lördagen. Det finns även möjlighet att gå till en mataffär.

Mobiltelefoner

Precis som förra året samlar vi in mobiltelefonerna när vi gör gemensamma aktiviteter och under måltiderna. Det gör vi både för att minska risken att telefoner försvinner och för att tjejerna ska få möjlighet att umgås, lära känna varandra och vara närvarande under helgen.

Självklart får de alltid tillgång till sina telefoner om de behöver kontakta er.

Föräldrar och ledare som åker egen bil

Ett av träningspassen är i Lindbacka idrottshallen som ligger ca 25 minuters promenad från Lindeskolan. Vi hoppas därför att föräldrar och ledare som är på plats med bil kan hjälpas åt att skjutsa tjejerna till och från Lindbacka för att spara lite tid.

Packlista

Vi lärde oss massor av förra årets läger och rekommenderar att varje spelare packar:

- Madrass och eventuell luftpump (inga stora madrasser, alla ska få plats i klassrummet)
- Täcke och kudde, påslakan och örngott (undvik gärna prassliga sovsäckar)
- **Två underlakan** (ett under luftmadrassen minskar ljud i klassrummet)
- Pyjamas
- Träningskläder för fem träningspass och inomhusskor
- Ombyteskläder, underkläder och strumpor
- Skor och regnjacka eller överdragskläder för promenader till och från hallarna
- Ryggsäck för att bära med sig ombyte och skor mellan skolan och hallarna
- Tofflor
- Handduk
- Necessär (tandborste, tandkräm, schampo, balsam, tvål, hårborste, tofsar etc.)
- Eventuella mediciner
- Namnmärkt vattenflaska
- Laddare, eventuell powerbank
- Gosedjur om man vill
- Eget mellanmål eller snacks (inga jordnötter)
- Badkläder, om man vill (det finns en brygga i närheten där man kan bada)

Lämna gärna smycken hemma.

Vi ses vid Idrottshuset fredagen den 14 augusti

Föreningslägret är så mycket mer än träningspassen. Det är en chans att lära känna varandra ännu bättre, bygga lagkänsla och skapa minnen som följer med långt efter att helgen är slut.

Vi ser fram emot att dela den upplevelsen tillsammans med tjejerna, nu kör vi F2015!
/Markus, Carole, Hanna, Madelene, Helena, Jonas, Natalie, Sofia, och Petra.

Helgens schema

Dag	Tid	Aktivitet	Plats
Fredag	13.30	Samling	Idrottshuset
	14.00	Bussen åker mot Lindesberg	
	16.00	Lämna packning i klassrummet	Lindeskolan
	17.00-18.30	Träningspass med F2014	Lindesberg Arena 1
	19.30	Middag	Matsalen
		Kvällsfika	Lindesberg Arena
Lördag	8.30	Frukost	Matsalen
	9.30-10.30	Danspass	Spegelsalen
	11.30	Lunch	Matsalen
	13.00-14.30	Träningspass	Lindbacka hall 2
	15.00	Dammatch	Lindesberg Arena 1
	17.45-19.15	Träningspass	Lindesberg Arena 2
	20.00	Middag	Matsalen
	20.00	Herrmatch	Lindesberg Arena 1
	21.30	Föreningsfotografering	Lindesberg Arena 1
		Kvällsfika	Lindesberg Arena
Söndag	7.00	Frukost	Matsalen
	8.00-9.15	Träningspass	Lindesberg Arena 2
	11.30	Lunch	Matsalen
		Packa ihop och städa klassrum	
	14.00	Bussen åker mot Enköping	
	16.00	Bussen är vid Idrottshuset	

Tiderna kan ändras något, men det här är grundschema. Vi planerar även att göra gemensamma aktiviteter när vi har tid mellan träningspass och måltider.