

Hej på er!

Nu börjar Örebrocupen närma sig så här kommer lite information om vad som gäller.
Gemensam avresa sker från Visby fredag 11/4 samling vid Färjeterminalen
kl. 06.15 där kommer vi packa in oss i bilarna som vi kommer åka med.

Det bjuds på frukost på båten som vi äter tillsammans.

Vi kommer att checka in och bo på Brunnskolan
Brunnsgärdesgatan 14, 702 28 Örebro

Vi kommer äta alla våra måltider på flertalet andra skolor i närheten,
Vi är hemma med båten 23:25 på söndagen 13/4
och vi möts upp vid färjeterminalen där barnen blir hämtade av föräldrar.

Om någon/några behöver medicin så ta med det och informera gärna oss ledare på
plats också även fast vi redan har informationen.

Lite förhållningsregler

Fickpengar?, Nej det ska inte behövas då det vi gör, gör vi tillsammans och lagets
kassa som de själva tjänat in står för det vi gör.

Mobiltelefoner, "paddor" mm. Lämnas in när vi samlas och vi kommer låta tjejerna få
mobilerna under vissa tidpunkter. Detta gör vi för att tjejerna ska vara mer sociala
med varandra och inte i den digitala världen. Självklart så kommer tjejerna kunna
ringa hem när dem känner för det.

Godis/snacks: Inget godis eller snacks behövs tas med.

Pack/checklista till Örebrocupen:

Tränings/matchkläder:

- Skor
- Strumpor (gärna flera par om ni har)
- Matchshorts
- Matchtröja
- Sport behå x2 (om man vill/behöver)
- Uppvärmningströjor
- Vattenflaska
- Klubba
- Innebandy glasögonen
- Overall
- Handduk
- Schampo/tvål.
- Gärna en liten ryggsäck som man kan packa matchesaker i.

Något att sova på:

- Luftmadrass

Observera att luftmadrasser får ha en maximal bredd på 90 cm eller så kan liggunderlag användas. Det är viktigt att undvika för breda madrasser för att säkerställa att alla får plats i sovsalen. Större madrasser bör undvikas för att underlätta transporten i fordonen.

OBS! (Kolla madrassen så att den är hel, innan vi åker)

Något att sova i:

- Sovsäck helst då täcken tar upp mer plats
- Kudde
- Pyjamas/t-shirt och shorts
- Öronproppar

Extra kläder mm:

- Underkläder (flera par)
- Strumpor
- T-shirts
- Byxor
- Skor
- Tofflor (foppa, flipflopp eller något liknande) för att fötterna ska få luftas mellan matcherna
- Någon tjockare tröja
- Jacka
- Badkläder (utifall att)
- Mindre spel

Hygienartiklar:

- Tandborste & Tandkräm
- Tvål, schampoo, balsam, handduk etc,
- Något till att förvara smutstvätt.
- Hårsnodd
- Hårborste
- Roll on (deodorant)
- Bindor eller andra intim artiklar
- Mediciner

Glöm inte: Ett glatt humör.

OBS! Bra att märka sina saker med namn för att undvika att vi blandar ihop varandras saker.

Vid frågor, tveka inte att höra av er till någon av oss ledare!

Olle Lundh 073-5466477 Eller Olof Ansén 070-7704080

Grovplanering Dag för Dag

Fredag:

Avresa: 7:15 Samling 6:15

Frukost äts på båten tillsammans i konferensrummet.

Utbildning

Resa till Örebro

Lunch på vägen

Första matchen klockan 17:00 I Navets skola

Incheckning

Middag på Adolfsbergsskolan efter matchen.

Nervarvning och Godnatt

Lördag

Frukost på Brunnskolan

Matchstart på Navets skola 12:15

Lunch på Navets skola

Matchstart på Änglandaskolan 16:30

Middag på Adolfsbergsskolan

Söndag (matcher för söndagen ej klart)

Frukost på Brunnskolan

Lunch på Navets skola

Utcheckning senast 14:00

Hemresa Ankomst Visby 23:25

Med Reservation för ändringar!