

Packningslista Gothia Cup 2025

12 juli – 19 juli



Sova:

- Luftmadrass (**OBS!!! enkel madrass 75cm bred enligt Gothia**), alternativt liggunderlag/madrass.
- Sovsäck/täcke
- Lakan: Tag med ett extra lakan under luftmadrassen, (alla sover bättre då, mindre knarr och mindre risk för hål i madrassen.)
- Kudde
- Sovplagg (pyjamas)
- Öronproppar och sovmask (för bättre sömn)

Fotboll:

- Fotbollsskor (gräs/konstgräs) och benskydd
- Benskyddstejp och sporttejp (tillhandahålls EJ av laget)
- Matchshorts, matchtröja och blåa fotbollsstrumpor (minst två par)
- Röda sleeves om man har
- Vattenflaska
- Långbyxor och långarmad träningsoverall
- Tofflor att ta på efter matcherna kan vara skönt.
- Klädgalge X2 (För att vädra alternativ torka matchkläder)
- Ryggsäck att ha med sig på idrottsplatsen under dagarna med nödvändiga kläder/skor

Fritid:

- Sköna fritidskläder som räcker hela veckan
- Bekväma skor att gå i
- Fickpengar/betalkort
- Mobiltelefon + laddare märkt med ditt namn + hörlurar
- Regnjacka vid dåligt väder
- Badduk och liten handduk
- Hårschampoo och duschtvål
- Egna skönhetsprodukter (hårwax, deo, handkräm, mm)
- Underkläder, T-shirts och strumpor som räcker hela veckan.

Övrigt:

- Necessär inklusive eventuella mediciner
- Skavsårsplåster och huvudvärkstabletter
- Tandborste + tandkräm
- Vätskeersättning/resorb

Glöm inte att ta med ID-kort eller Pass