

Hej,

Nu är det bara några veckor kvar till Katrineholmscupen den 24-25 april och här kommer information inför cupen:

Ditresa:

Våra matcher på fredag är kl 17.10 för lag röd och kl 18.00 för lag blå. Samling sker i Nyhemshallen i Katrineholm kl 16.10 för samtliga oavsett vilket lag man spelar i. Det betyder att vi kommer att behöva lämna Uppsala ca 13.30 på fredagen och ni kan behöva ansöka om ledighet från skola på fredag eftermiddag.

Vi kommer åka separat dit men koordinerar samåkning så att alla tar sig dit. Har man platser över eller är i behov av plats – skriv detta i WhatsApp gruppen.

Mat och boende

Vi kommer att bo i ett klassrum på Järvenskolan där vi också kommer att äta alla måltider (middag på fredagen, frukost och lunch på lördagen).

Se till att ha med ordentligt mellanmål då middagen kommer att ätas först vid 19-tiden samt ev. någon frukt eller snacks att äta innan läggning.

Utcheckning

Senast: Utcheckning kommer att göras efter lunch, innan våra sista matcher och behöver då föräldrahjälp för att städa och återställa klassrum

Kommunikation med och mellan föräldrar

Till cupen har vi skapat en WhatsApp-grupp (för att inte behöva störa de föräldrar som inte har barn med på cupen) som ni ansluter till via denna länk:

https://chat.whatsapp.com/Gdn8H35SdISiQLWHxNCs45?mode=gi_t

Här får ni gärna dela bilder och annat kul med varandra, men också här vi ledare skriver om det under cupen blir ändringar i spelschema, om vi behöver hjälp med skjuts till och från hallar osv.

Packlista

1. Innebandyskor
2. Klubba (gärna en extra om man har) + klubbfodral (allt märkt med namn)
3. Glasögon
4. Vattenflaska märkt med namn
5. Matchkläder
6. Röda strumpor (flera par)
7. Duschhandduk
8. Hygienartiklar (tandborste, tandkräm, duschkräm, schampo, deo m.m)
9. Egen medicin (Allergi, nässpray, panodil/alvedon, öronproppar m.m)
10. Pyjamas och underkläder
11. Fickpengar (kort eller swish). Om ert barn inte har kort/swish, hör av er till någon av oss ledare om ni vill att vi ska lösa ev inköp till era barn
12. Ryggsäck att ha matchkläder och ombyte i
13. Tofflor och vanliga fritidsskor (ex. gymnastiskor att kunna värma upp i ute)
14. Lite privata kläder
15. Mobil + mobilladdare
16. 1-2 st galgar att hänga upp svettiga kläder och blöta handdukar
17. Plastpåse för smutstvätt
18. Små lätta mellanmål att ta mellan matcherna om det behövs
19. Om man vill, något lite lättare snacks för fredagsmys

20. Luftmadrass (~90 cm bred) + kudde + täcke/lakan (alt. sovsäck). Det är ofta kallt i klassrummen på helgerna...
21. Grenkontakt (är det bra om några tar med sig för att ladda mobiler)

Regler under cupen:

Mobiltelefon: För att vi ska få ihop en så bra sammanhållning som möjligt tänker vi försöka minimera skärmtiden. Prata gärna med era barn om detta i förväg hemma. Till och från under cupdagarna kommer vi samla in mobiltelefonerna, men självklart finns det möjlighet att få sin telefon för att ringa och säga god natt mm :).

Godis: Vi äter inget godis före eller mellan matcherna under helgen. När matcherna är färdiga för dagen så är godis och snacks ok men inte istället för mat.

Spelschema:

Vi kommer att spela med två olika lag (med hjälp av spelare från F2014 och F2016) som har fyra matcher var (två var på fredag och två var på lördag) och matcherna är i olika hallar i Katrineholm. Vi vill dock betona att även om vi har två lag så åker vi dit som en gemensam trupp – sover tillsammans, hänger tillsammans, äter tillsammans och hejjar på varandras matcher när de inte krockar.

På fredagen kommer vi att spela våra första matcher och därefter checka in på skolan och äta middag och för att sen avsluta kvällen med ytterligare en match för vardera lag.

På lördagen äter vi frukost tillsammans och spelar sedan varsin match innan vi tar oss tillbaka till skolan för lite vila, lunch och städning. Sista matcherna spelar vi i olika hallar – men avrundar tillsammans för gemensam prisutdelning i Duveholmshallen.

Lagindelning

Frötuna Röd

Ledare: Lotta och Kim

Spelare:

Emelie

Ebba

Ida

Inez A

Julie

Lina

Mila

Selma

Vera

Spelschema: [Katrineholm Innebandy Cup 2026 - Frötuna IBF Röd - Flickor 15-16](#)

Frötuna Blå

Ledare: Gustav, Karin, Jesper

Spelare:

Astrid

Edit R

Edith A

Greta

Ines Hogell

Iris

Isabella

Juni
Stella

Spelschema: [Katrineholm Innebandy Cup 2026 - Frötuna IBF Blå - Flickor 15-16](#)