

![MCj04338810000[1]]()

**Årets träningsläger i**

**den 15/8-16/8 2014**

**För att alla ska fungera på bästa sätt under lägret kommer här lite nyttig information!**

**Tider**

* Sovsäck eller sänglinnen Täcke/kudde finns på plats
* Nattkläder
* Ett par ombyten tränings kläder
* Fotbollsskor och benskydd
* Gymnastikskor
* Handdukar (kan vara bra med två)
* Toalettartiklar
* Vanligt ombyte, ev. badkläder.
* Ev. varma kläder och/eller regnkläder
* Myggstift och mediciner
* Fickpengar till kiosken, MAX 50 kr.

**Packlista**

**Hästveda IF**

**Ungdomssektionen**

Vi samlas på Hästveda IP på fredagen 15/8 kl.13.00. **Viktigt att man håller tiden!** All packning tas med till samlingen på IP.

**Boende**

Vi kommer att bo i stugorna Åsa, Gränsen och Beda. Alla stugor kommer att bestå av två lag med ledare. Barnen sover i riktiga sängar.

 **Program**

**Fredag:** Samling IP kl.13

Träning lagvis

Incheckning i stugorna ca.16

*Grillning* vid ca kl.18

 Aktivitet för alla

Hämtning av barn som sover hemma kl.21

**Lördag:** *Frukost* kl.7.30 och lämning av de som sovit hemma.

Städning och packning.

Träning på Björkvallen 10.00

*Lunch* ca.12.30 H- gården

Avslutar med match 14.00

Hämtning på IP ca.16.00

**Besök**

Vi kommer inte att ha någon tid för besök under detta träningsläger. Ni är dock välkomna ner att se Herr matchen kl.14 på lördagen innan vi avslutar lägret.

Vi kommer att äta middag och frukost i/vid stugorna. Lunchen serveras i Hantverks- gården. Det kommer att finnas möjlighet till att handla i kiosken på IP så 50 kr kan vara lämpligt att ta med i fickpeng.

**Till sist glöm inte det viktigaste, DET GODA HUMÖRET! Du avgör om detta blir roligt!**

**Övrigt**