Hockey-Cup Ore 28-30/3

Vi laddar för Ore-cupen med övernattning för laget HSK U13

Bilresan tar ca 2h enkel resa. Preliminär samlingstid vid Hemköp arena är kl 14:00 fre 28/3. Middag 16:30 före första matchen som är 18:30. På cuponline.se kan man se spelschema samt cupinfo.

Barnen sover i Hockeyborgen tillsammans med tränare i rum om 4-6 bäddar (täcke och kudde finns). Ledare bestämmer vilka som sover tillsammans.

**Mat som ingår**

* Fredag, middag
* Lördag, frukost, lunch, middag
* Söndag frukost, lunch

Laget står för någon enklare mellanmål, önskar man mera ätbart tar man med det själv. Kan du fixa sponsring på något ätbart tas det tacksamt emot. Hör av dig till någon ledare.

(Godis och läsk rimlig mängd om det medtags)

**Transport :** Vid eventuell samåkning kom ihåg att prata med chaufför om bränsleersättning.

**Mediciner:** Informera ledare om det är någonting de behöver känna till eller om barnet behöver hjälp med att påminnas vid eventuell medicinering.

**Sovtider:** Runt 22:00 beroende på hur spelschemat ser ut mobiltelefoner stängs av alternativ ”stör ej” läge så den inte stör.

**Läsk/Godis:** Endast efter att alla dagens fysiska aktivitet är slut (träning/match) och inte några stora mängder.

**Packlista**

* Klubbkläder för de som har
* Hockeyutrustning, tejp till klubban
* Fys-kläder samt lämpliga skor
* Sängkläder (lakan, örngott, påslakan) eller sovsäck.
* Hygienartiklar (tandborste, tandkräm, tvål/schampo m.m.)
* Handdukar (obligatoriskt med dusch varje dag)
* Extra vattenflaska (om man vill ha i rummet, lagets används endast vid match)
* Extra ombyte med kläder och tänk på flera kalsonger och strumpor. Gå ej i blöta strumpor så slipper man dra på sig skavsår.
* Tofflor mössa keps om man vill

Flera föräldrar med familjemedlemmar bor på Furudals bruk eller camping i närheten. Vi packar HSK flaggor, tröjor och hejjar på laget över helgen!!

Frågor? Hör av dig till ledarna!