****

**Hudik-cup 2025**

**Lag:**

Vi åker med 1 lag, 19 spelare och 5 ledare. Alla kommer få spela varje match.

**Boende:**

Vi bor på Bromangymnasiet. Där serveras också alla måltider.

**Mat under helgen:**

**Frukost: serveras på respektive förläggning 06:30-09:00**   
Består av: fil, flingor, müsli, bär, ägg, fullkornsbröd, limpa, hårt bröd, smör, ost, skinka, gurka, mjölk, måltidsdryck, Kaffe / Te till dom vuxna  
  
**Lunch och middag serveras på Bromangymnasiet**    
Fredag Middag 17:00-20.00 : Kyckling/Ört- gryta med ris  
Lördag Lunch    11:00-14:00 : Korvstroganoff (gjord på kycklingkorv) med ris  
Lördag Middag 17:00-20:00 : Pasta med köttfärssås                                                  
Söndag Lunch   11:00-14:00 : Köttbullar med potatismos, gräddsås och lingonsylt

Sallad, smör, hårt bröd, mjölk, måltidsdryck till samtliga måltider.   
Kaffe/ Te till dom vuxna.

Vi fixar eget kvällsfika till tjejerna. Det löser vi på plats.

**Fredag 13/6**

**Samling på Bromangymnasiet kl 16:00** för uppackning och laddning inför match.

Middag vid ca 17:00

Match kl 19:30

Sovdags senast kl 22:00

**Lördag 14/6**

Match 8:50 och 13:50.

Måltider blir när det passar under dagen.

Sovdags ca 22:00 beroende på när vi har match på söndag.

**Söndag 15/6**

Blir beroende på hur det gått.

Packa/städa/återställa boendet, utcheckning

OBS!!! Detta är bara en grovplanering av hur vi KAN lägga upp det. Vi anpassar tider mera på plats.

**Övrig info:**

* **Vi ledare tar över ansvaret för tjejerna när de kommer fram till skolan där vi ska sova. Sista dagen lämnar vi över ansvaret till er föräldrar när sista matchen är avslutad och vi har städat ur där vi bott.**
* Vi är många, så glöm inte maxbredd 90 cm på madrassen så vi alla får plats!
* **Vi åker hem på söndagen oavsett om laget åker ur redan på lördagen.**
* Inga mobiler får användas vid match.
* Vi kommer ta med en ryggsäck där värdesaker kan förvaras under match.
* Ta gärna med en frukt/mellanmål att äta innan/efter match.
* Godis får man äta när sista matchen för dagen är spelad. Bars utan nötter och typ vitamin well ej kolsyrad, är ok för att få sig extra energi under dagarna.
* Obligatorisk dusch varje dag
* Alla huvudmåltider ingår, men vill man köpa fika/mellanmål så är det givetvis ok
* Vi har endast 1 uppsättning matchtröjor därför kan det vara bra att ha med sig en galge för att vädra/torka tröjan.
* Gruppen håller ihop, enstaka personer eller mindre gäng kan inte dra iväg på egen hand utan tillstånd från någon av oss 5 ledare.
* På kvällen samlas mobilerna in och förvaras hos en av ledarna.
* Efterföljs inte reglerna eller man missköter sig på annat sätt så har vi ledare rätt att sätta spelare på bänken eller kontakta vårdnadshavare för att bestämma hur vi ska hantera det som skett.
* Det finns en bra hemsida på [www.hudikcup.com](http://www.hudikcup.com) där du hittar information om busstider och matchtider m.m. Det finns även en App som kan vara bra att ladda ned.

**Kontaktuppgifter under cupen:**

Tomas: 0708107246

Tina: 0707388139

Magnus: 0735034482

Marlene: 0703773292

Håkan: 0703920733

**Packlista:**

* Sängkläder och täcke + kudde, ta med ett lakan att lägga UNDER madrassen
* Madrass (max 90 cm bred)
* Hygienartiklar (tandborste, tandkräm, schampo, deo)
* Dusch handduk
* Ombyte
* Jacka
* Tofflor/skor
* Mobil och laddare
* Galge för att hänga upp matchkläder på vädring
* Ev fickpengar/kort/swish
* Regnkläder
* Vätskeersättning (resorb eller liknande)

**Packlista matchväska:**

* Fotbollsskor
* Matchställ (blått)
* Shorts
* Fotbollsstrumpor (gärna fler än 1 par)
* Vattenflaska gärna 2 st VIKTIGT
* Ev tejp för benskydd
* HSK Dressen (om man har en sådan)
* Skavsårsplåster
* Benskydd

**SPELSCHEMA**

HSK (Grupp B )

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Match** | **Dag** | **Matchstart** | **Plats** |
| Mot Frösö | Fredag | 19:30 | Överås/Broman A |
| Mot Team Hudik | Lördag | 8:50 | Överås/Broman A |
| Mot Njurunda | Lördag | 13:50 | Överås/Broman B |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |