

Rallarbollen 2025

Rallarbollen 2025 spelar vi 9v9 i tävlingsklass, vilket innebär gruppsspel första dagen och slutspel andra dagen.

Schemat för dag 1 (söndag) är klart, men schemat för måndagen får vi inte reda på förrän vi spelat sista matchen på söndagen.

Söndag 3/4

Tid	Aktivitet	Plats
09.30	Samling	Testebovallen
11.00	Match - Hille IF - IK Huge	Plan 2
12.00	Lunch	
13.00	Lagaktivitet	
15.20	Uppvärmning	
16.00	Match - Gefle IF - Hille IF	Plan 3
17.00	Middag	
18.00	Lagaktivitet	
19.20	Uppvärmning	
20.00	Match - Hille IF - Arbrå BK	Plan 3

I år har vi inte bokat några matbiljetter, utan spelarna tar själva med det de vill äta. (2 måltider + mellanmål) eller handlar det på plats. Vi äter tillsammans och spenderar tiden mellan matcherna tillsammans för att stärka gemenskapen i laget.

Viktigt inför!

Se till att spelarna äter och dricker ordentligt redan någon dag innan cupen, det kommer bli intensiva dagar så uppladdningen är viktig.

Bra att ha med:

- Skor att ha mellan matcherna
- Skavsårsplåster
- Vattenflaska
- Mellanmål att fylla på med. Ex. frukt, smörgås, bar, drickyoghurt.
- Regnjacka, då rallarbollen tidigare år ofta har bjudit på regnskurar.