



**Hälsar er hjärtligt välkomna till**

**Ulf Dahlen Cup**

**23-25 Januari 2026**

## Cupgeneralen informerar

Välkomna!

Östersund IK hälsar er varmt välkomna till Östersund och Ulf Dahlen Cup. Det är fantastiskt roligt att vi kunnat samla så många hockeyspelare, ledare och föräldrar till en som vi hoppas härlig hockeyhelg. För att allt ska flyta på så bra som möjligt kommer här lite information.

Skulle det vara något ni funderar över, tveka inte att höra av er till oss. Våra kontaktuppgifter finner ni i dokumentet.

### Inkvartering/Logi Innovitaskolan, Sollidenvägen 62

#### **BOENDEFRÅGOR: Boendeansvarig Frida Ericson tel: 0736-409281**

-Övernattning sker på Innovitaskolan i klassrum och ingår i anmälningsavgiften. Meddela gärna ungefärlig ankomsttid på fredag till cupgeneral för att vi ska kunna planera så lagvärd möter upp och går igenom boendet med ansvarig ledare.

-Samtliga lag skall i samband med inkvartering visa aktuell deltagarlista med spelarnamn, namn på målsman med tillhörande telefonnummer. Denna lista skall ansvarig ledare på plats ha till handa i händelse av nödutrymning.

-Återsamlingsplatsen är flaggstängerna, huvudentrén.

-I händelse av utrymning agerar respektive lagledare utrymningsledare för sitt lag. Utrymningsledaren ansvarar för att räkna in sina spelare, beredd att avrapportera till cupgeneral för avstämning.

-Avsyrning sker tillsammans med lagvärd under söndagen, antingen från morgonen alt senast kl. 16.

Nattvakt finns på boende.

### Lagvärd

Varje förening tilldelas en lagvärd som finns behjälplig och fungerar som kontaktpunkt under helgen. Kontaktuppgifter till lagvärden kommer finnas i ert spelschema. Lagvärd kontaktar er senast 4-5 dagar innan cupstart för genomgång samt bestämma tid för att mötas upp för inkvartering på fredag.

### Föräldraboende

Hotell Östersund erbjuder tillresta föräldrar, syskon och andra släktingar med anknytning till cupen övernattning för 950 kr /natt i enkelrum och 1150 kr/natt i familjerum (4 pers). Bokning och eventuella frågor sker via mail alternativ ring in er bokning [konferens@hotellostersund.se](mailto:konferens@hotellostersund.se). Uppge Ulf Dahlen Cup som referens.

### Cupkansli

Cupen har ett cupkansli, där serveras också mumsigt ledarfika. Jag som cupansvarig kommer försöka hålla mig där, men kan stundtals vara på vift. Varje lag tilldelas en lagvärd, är det något inte lagvärden kan hjälpa er med - kontakta cupgeneral. Vid brådskande ärenden och jag inte kan nås finns även vice Cupgeneraler Karin och Johanna, se kontaktlista.

### Ledarträff

Första dagen kommer obligatorisk ledarträff anordnas. Cupgeneral, domaransvarig samt ledare från ÖIK är på plats. Minst en ledare från varje lag skall delta.

## Omklädningsrum

Varje lag får ett omklädningsrum som de förfogar över under hela cupen. Innan laget åker hem skall omklädningsrummet städas och avsynas tillsammans med lagvärd. Tjejer kommer att tilldelas ett gemensamt omklädningsrum. Låsblipp återlämnas till lagvärd efter godkänd avsyning. Vid ostädat eller ej återställd utrustning/möblemang kommer föreningen debiteras städtid, 950 kr i uppstartsavgift samt 600 kr/h. Ej återlämnad låsblipp debiteras 500 kr.

## Arenarestaurangen

Östersund Arena inhyser en fin restaurang där det finns lunch, middag, fika och annat att inhandla under cuphelgen. Restaurangen öppnar kl. 8.00 och stänger när sista matchen för dagen startar. Även Ica Maxi finns några hundra meter bort.

## Sjukvård

Sjukvårdspersonal finns på plats i arenan under hela cupen. De cirkulerar i hallarna. De är behjälpliga vid mindre skador och sjukdomsfall. Telefonnummer till dessa finns uppsatta runt om i arenan. Vid akuta lägen rekommenderar vi alltid att ni ringer 112. Hjärtstartare finns vid huvudentrén i arenan.

**Respektive lag ansvarar för att samtliga spelare är försäkrade.**

## Brandskydd/Utrymning

Parkeringen bakom arenan är återsamlingsplats. Vid ett eventuellt brandlarm agerar respektive lagledare utrymningsledare för sitt egna lag, räknar in sina spelare och avrapporterar till cupgeneralen. För ytterligare information studera arenans utrymningsplaner.

## Mat

I cupavgiften ingår följande måltider. Middag samt kvällsmål på fredag, frukost, lunch, middag och kvällsmål på lördag, samt frukost och lunch på söndag. Utspisning av måltider kommer ske på arenan i anslutning till arenarestaurangen. Kvällsmål hämtas i samspråk med lagvärd. **Senast den 7/1 skall samtliga lag och ledare anmäla spelare/ledarantal samt eventuella allergier/specialkost.**

Frukost serveras mellan lör och sön 07.00 – 09.00.

Lunch serveras lör och sön ca 10.30-13.30.

Middag ca 16-18.30.

Fre Middag+ kvällsmål

Lör: Frukost, Lunch, middag, kvällsmål

Sön: Frukost, Lunch

Tider för bespisning ovan är preliminära och kommer i samband med spelschemat.

## Matchtid

2\*10 minuter, flygande byten. Svart puck.

## Spelschema

Spelschema mejlas ut så snart det är klart.

## Dispenser

Vi lämnar nivåanpassade dispenser där överåriga spelare till kunskap och uppträdande vara på u11 nivå och på inget sätt sticka ut ur mängden. Om vi uppfattar att det lag som har dispenser bryter mot

detta förbehåller vi oss rätten att stänga av den berörda spelaren resten av cupen. Ansökan om dispenser skall göras till cupgeneralen i god tid.

### **Protester samt sportsliga frågor**

Kontakta mig, cupgeneral om ni har funderingar eller åsikter om matcherna eller annat som har att göra med den sportsliga delen. Jag kommer vara på arenan under hela cuphelgen, nås lättast på telefon om jag inte befinner mig i cupkanslitet. *Jag vill passa på att påminna om att sammanhanget vi befinner oss i är barn/ungdomsidrott och att vi är här för att tjejerna och killarna i lagen ska ha så kul och trevlig cup som möjligt. Se till att försöka sprida glädje med sporten och uppför er som goda ledare och förebilder. Vill även påminna er om att många av domarna är ungdomar med olika grad av erfarenhet och att de såklart ska behandlas med respekt.*

### **Övriga regler:**

**- Hissarna används för de som behöver, barnen ska inte leka med hissarna.**

**-Förbjudet att gå in i gymnastiken om man inte har bokad och är behörig.**

**-INGA BARN på isen när ismaskinen åker ut på isen.**

### **Att vistas i och omkring arenan.**

Det är självklart ok att vistas på bandyplan mellan matcherna, OM ni har skridskor på er. Med skor får planen absolut INTE beträdas. Ta hänsyn till om det är träning eller matcher på bandyplanen, se info kring allmänåkning på infoskärmmarna inne i arenan. Möjlighet till uppvärmning inomhus är begränsade, då det kommer vara många barn och vuxna i arenan. Om laget vill värma upp eller bara ta lite frisk luft så finns det fina gångvägar runt bandyplan och i nära anslutning till arenan. Det är rätt trångt i spelargångarna vid omklädningsrummen så föräldrar väntar med fördel på sina spelare någonannanstans än just där mellan och efter matcher.

Än en gång hjärtligt välkomna till årets upplaga av Ulf Dahlen Cup!

*Frida Ericson*

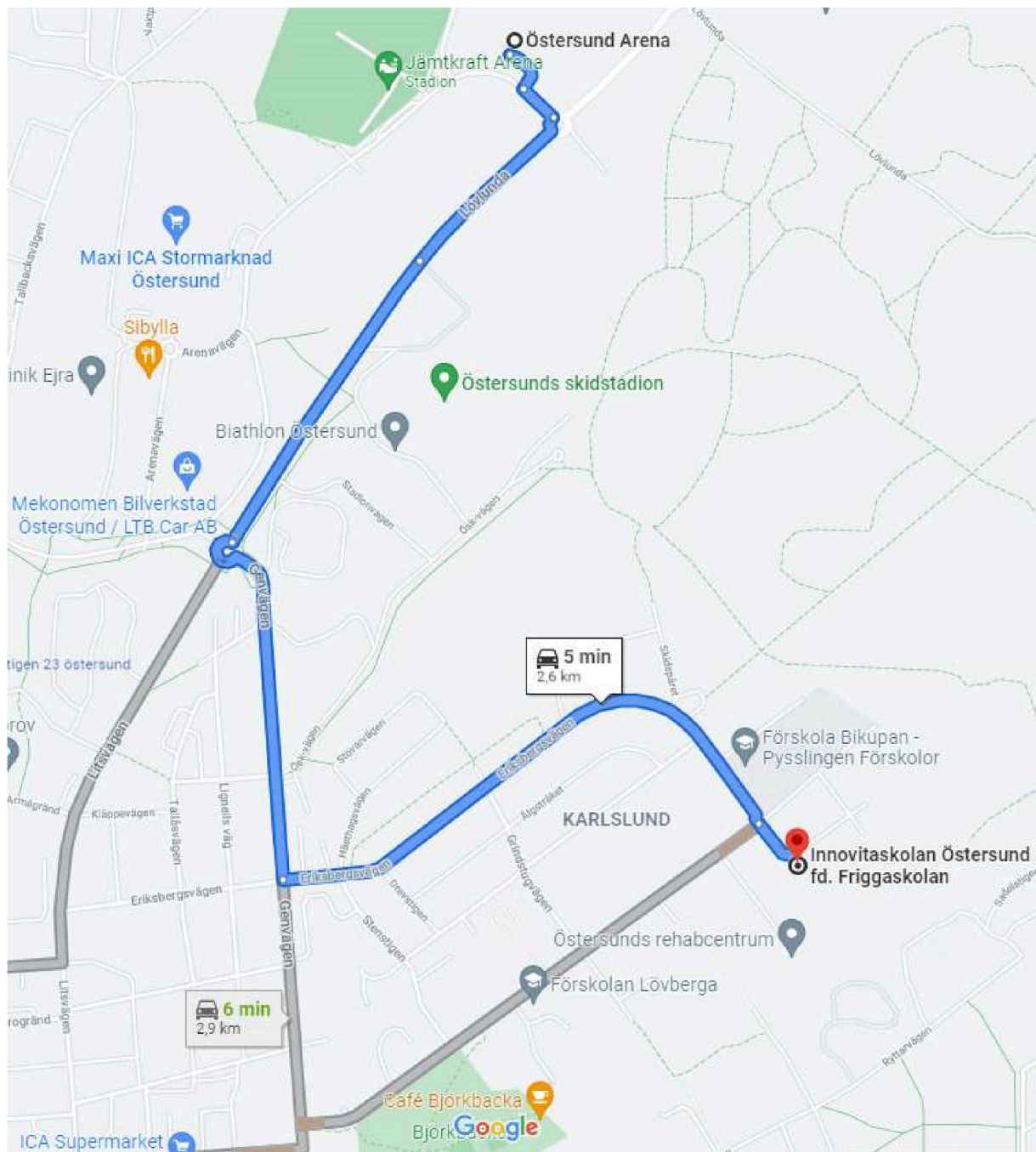
Cupgeneral Ulf Dahlén Cup

0736-409 281

frida.anna.larsson@gmail.com

# Karta Boende & Arena

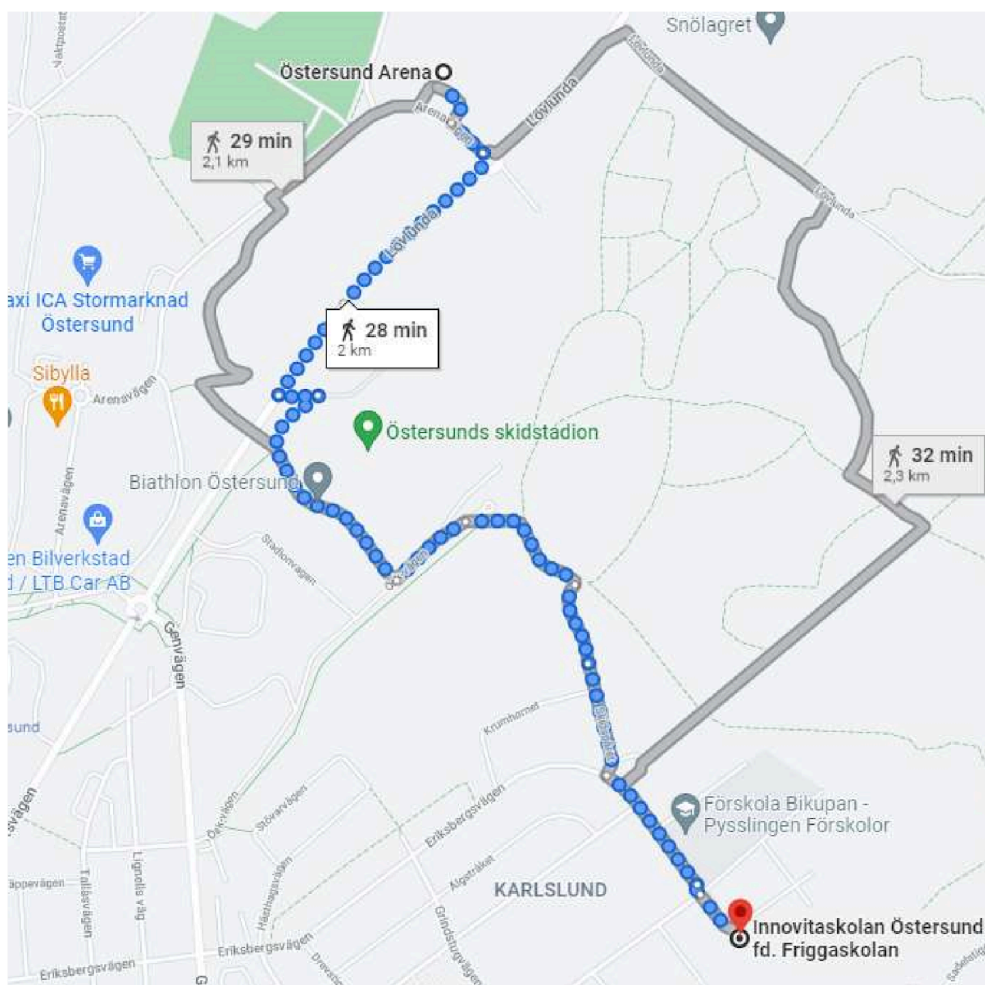
Boendet sker på Innovitaskolan.



Med bil tar det 5 minuter mellan ishall och boende.

Ingen organiserad transport sker mellan boende och ishall.

Med en rask promenad tar det ca 30 minuter.



Att promenera tar ca: 30 minuter.

## Ordningsregler för boende

För samtliga deltagare med logiplats gäller:

- Minst två vuxna ledare ska sova med laget eller i direkt närhet till rummet.
- Vid eventuell skadegörelse på lokalerna eller om något går sönder i logilokalen står föreningen/laget för alla kostnader.
- Whiteboard/svarta tavlan får ej användas, dvs det är förbjudet att klottra på tavlorna.
- Laget uppträder schysst mot alla andra, är på rummet och har släckt senast kl. 23:00
- Öppna inga fönster när rummet ska lämnas tomt.
- På söndagen ska rummet städas, och godkännas av cupgeneral senast kl. 15:00. Om detta inte sker kommer föreningen att debiteras en städavgift. 950kr i startavgift och 600kr/h
- Laget skall återställa klassrum till ursprung. Vi rekommenderar lagkapten i varje lag att fota rum innan barnen beträder, det underlättar när ni ska återställa.

För samtliga deltagare i Alexander Edler Cup gäller även:

- All förtäring av alkohol är förbjuden. Det är förbjudet att röka inomhus.
- Om någon spelare/ledare begår brottslig handling kommer laget omedelbart att avstängas från vidare spel i turneringen, rapporteras till sin klubb samt till sitt Ishockeyförbund. Polisanmälan är inte uteslutet

**Behöver ni slipa skridskorna? Ring våra materialare tillika  
fantastiska slipansvariga och boka tid.**

**Johan Berge 070-239 5696**

**Lars Ivarsson 070-336 8460**

**De finns tillgängliga under hela cupen.**

**30 kr/par.**

## Trivselregler Östersund Arena

- Ha alltid skridskoskydd på mellan isen och omklädningsrummet.
- Bollar oavsett storlek får endast spelas utomhus.
- Puck & klubba använder vi bara på isen.
- Använd alltid hjälm på isen.
- Städa efter dig och kasta skräp i papperskorgarna.
- Flyttar eller lånar vi något så ställer vi tillbaka på sin plats när vi är klara.
- På bildskärmarna finns information om istider och omklädningsrum.
- P-förbud gäller vid spelaringång B på baksidan (ej buss)
- Förbud att beträda bandyplan med skor.

