

Träningsläger Norrköping

Samling fredag 28 mars 15.45 Aspuddens IP

OBS! Packa inte i stora hårda resväskor då vi ska få plats med allt i våra bilar.

Vi har plats för alla i bilarna.

Vi har tre träningspass och en match. Vi går ut och äter på Pizza Hut lördagkväll. I övrigt är vi på hotellet och träningsanläggningen. Det finns gym på hotellet som jag tror man kan gå till om tid ges. Det finns chill-ytor på hotellet.

All träning och match sker utomhus på konstgräsplaner. Det ska vara ca 6-15 grader, halvkylart

Till bilresan på fredag: Ha med lite snacks eller mellis. Vi äter inte middag förrän efter träningspasset vid 21-tiden.

Packlista

Liten ryggsäck/påse att ha till träningen

Väska med övrigt

Matchtröja blå

Blå AT-shorts (fler par)

Blå fotbollstrumpor (fler par)

Målvakter: Orange målvaktsställ och grönt målvaktsställ, målvaktshandskar (keps vid behov)

Gul träningströja

AT-overall (om ni har)

AT-jacka (om ni har) eller annan vindjacka

Tunn mössa

Tunna fingervantar

Fotbollsskor, benskydd

Tofflor

Vanliga kläder att ha på hotellet och restaurangen (kallingar, jeans/mysbrallor, t-shirt, tröja, strumpor)

Mediciner

Hygienartiklar med tandborste mm

Handduk och sängkläder finns på hotellet.