



Inför BD-Open i Kalix 8 – 10 augusti 2025 för IFK Luleås f-13 lag

Matcher spelas på Furuwallen i centrala Kalix och i Karlsborg ca en mil bort enligt spelschema på www.bdopen.se – här finns också mer information att läsa om cupen. Möjlighet finns att ställa husvagnar vid skolan (mindre avgift) eller på campingen nere vid Strandängsbadet för den som vill.

Gällande cupen kan det vara bra att ha två väskor, en ryggsäck att ta med till matcher med det nödvändiga till dessa och en väska för övernattningslogi. Logi sker på Manhemsskolan granne med Kalix sjukhus och nära Sporthallen – där närmaste duschar/omklädningsrum finns. Det finns också omklädningsrum och duschar i anslutning till planerna där matcherna spelas.

Vid skolan finns en mindre konstgräsplan för spontant fotbollsspel/lek, med löparbanor etc. Utanför skolan finns också en mindre basketplan. Det ska finnas (har funnits) pingisbord inne i skolan. Vill man spela pingis kan det vara idé att ha med eget racket om man har samt bollar då det är tveksamt om det finns framme. Samma gäller för basket.

Ha gärna med badkläder då det ges fritt inträde till Strandängsbadet (för alla spelare) dit man kan ta sig enkelt, badet är öppet kl. 10 – 17. Där finns en större bassäng och en liten för mindre barn. Det finns också en bastu där. Omklädningsrummen är små här, det finns duschar både i anslutning till dessa och utomhusduschar.

Det är en gemensam invigning på fredagskvällen för alla lag. Det är också ett disco i Folkets hus under lördagskvällen. Vill man ha något speciellt på sig då – kom ihåg att ta med kläder för det!

Då övernattningsrummet sker i klassrum och det brukar vara begränsat med eluttag annat än framme vid whiteboarden är det bra att ta med skarvsladd med grenuttag för laddning av mobiler och annat – samt inte minst för pumpning/tömning av eventuella luftmadrasser. Det kan också vara bra att ta med ett lakan eller filt att lägga under luftmadrass för att undvika gnissel/gnek!

Gällande övernattningsrummet: Viktigt att komma ihåg att vi är bortresta för att spela en fotbollscup – och att ha roligt tillsammans. **Att åka bort på cup med övernattningsrummet ger laget en möjlighet till sammansvetsning och att fortsätta lägga en gemensam grund inför kommande samarbeten både i laget och livet.**

Viktigt att respektera ledare – och varandra.

Kom ihåg att alla är med – vi är ett lag! Lämna ingen ensam – alla hjälper till att se till att alla hänger med – vi gör det tillsammans. **Vi är alla kompisar och lagkamrater!**

- Vi hänger tillsammans med laget innan, mellan och efter matcher. Ingen får ”sticka iväg” på eget bevåg.
- Vi berömmar och peppar varandra.
- Vi visar respekt för motståndare, domare och varandra.
- Vi vinner tillsammans och vi förlorar tillsammans.
- Vi passar tider.
- Vi är tysta när ledarna pratar.
- Vi hjälps åt att ta ansvar för gemensamt material som t.ex. tröjor, bollar, väskor.
- Om barnen tar med värdesaker som tex ipad, mobiler osv så får de själva ansvara för dessa.
- Vi respekterar att ingen använder telefon efter överenskommet klockslag vid läggdags (Närvarande ledare/tränare bestämmer när vi släcker och då ska det vara tyst). Tänk på att inte störa varandra eller din egen nattsömn med mobilen!
- Vi tränare/ledare kommer att höra av oss till er föräldrar om ert barn blir sjuk eller inte vill sova med laget. Det är då ert ansvar att se till att barnet blir hämtat om så behövs.

De allra flesta i laget kommer delta i cupen och även bo tillsammans. Övernattar gör även flera av tränarna (Mattias, Markus, Björn & David). Övernattar gör även vår lagledare Johan & Mollys mamma Mia fredag – lördag och Ines mamma Malin lördag – söndag.

Det finns inga krav på föräldranärvaro under cupen, men **laget uppskattar all pepp & support!**

Spelarna behöver också skjuts till/från matcherna som spelas i Karlsborg och tränarna/ledarna har inte kapacitet för alla. Här behövs samarbete med föräldrar för att detta ska fungera. Laget har en Facebook-grupp som kanske kan fungera som kanal för att administrera detta. Många känner varandra och har kanske nummer inlagda. Som förälder är man ansvarig att se till att sitt barn tar sig till matcherna. Givetvis hjälps vi alla åt så långt det är möjligt, men det är bra att planera – och att göra det tillsammans!

Kontaktuppgifter till alla ledare/tränare finns på www.laget.se och i appen!

Kom ihåg att **äta, dricka, vila** – och att **kämpa & ha roligt tillsammans!**

/Lagledningen

Lämplig packlista:

- Fotbollsskor
- Matchkläder (flera strumpor!)
- Benskydd
- Vattenflaska
- Keps
- Extra ombyten
- Den blå träningströjan
- Träningsoverall
- Ryggsäck

- Gympaskor
- Sandaler

- Regnkläder?
- Badkläder!

- Madrass (luftmadrass & pump – eller annan)
- Sovsäck/täcke
- Kudde
- Pyjamas eller motsvarande
- Hörselproppar/sovmask?
- Nalle!

- Handduk
- Tandborste/tandkräm
- Övriga hygienartiklar
- Eventuella mediciner

- Bok
- Kortlek
- Pingisracket/boll?
- Skarvsladd/grenkontakt
- Mobiltelefon
- Laddare
- Hörlurar
-
-
-

