Länscupen Örebro 2022 IFK Mariefred Team 10

Allmän information Datum: Cupen spelas 23-25 september Plats: Fredag 23 sept och lördag 24 sept spelar vi i Nora i NEH Hallen Resultaten styr var vi spelar på söndag 25 september.

Samling Nora fredag 15:00 direkt i NEH hallen Hemma i Mariefred igen: tiden styrs av sista matchen, men sannolikt är vi tillbaka på kvällstid den 25e.

Cupens officiella info: [Start - Länscupen 2022 - Cuponline](https://www.cuponline.se/start.aspx?cupid=36140)

Mat: På cupen ingår följande måltider; • Fredag 23 Middag, • Lördag 24 Frukost(på hotell), lunch, middag, • Söndag 25: Frukost(på hotell), lunch. Vi ska köpa frukt att ha mellan matcherna.

För föräldrar och andra anhöriga finns mat finns cafeteria/kiosk i anslutning till hallen.

Logi: Vi sover båda nätterna på Scandic Örebro väst. Chris, Peter, Kalle, Johan, Micke och Ann sover med laget.

Omklädningsrum: Vi förfogar över ett eget omklädningsrum under perioden vi är i Nora där vi kan förvara och torka utrustningen mellan matcherna.

Fickpengar: 150 kr totalt per spelare att fördela på tre dagar (godis och läsk får ätas/drickas efter dagens sista match)

Mobiltelefoner/andra skärmar: Ok att ta med, men vi samlar in dem och förvarar dem gemensamt Kontaktuppgifter Ledarna nås oftast på numren som finns på Laget.se. Dagtid, framförallt under matcher, når du lättast laget via Ann (0730375210). Nattetid kommer telefon till våra ledare vara påslagna för eventuella akuta kontakter som måste tas då.

Matchprogram Officiellt program med alla lags matcher [Lag IFK Mariefred - Länscupen 2022 - Cuponline](https://www.cuponline.se/teamView.aspx?cupid=36140&id=152385)

Första match fredag 23 kl 17:00 Finalspel Utifrån tabellplacering i kvalificeringsspelet. Ev byte av hall i slutspelet på söndagen Minst 2 slutspelsmatcher på söndagen

Transporter Vi kör i egna bilar till cupen. Vi äter lunch i skolan eller hemma eller på vägen.

Det är ca 30 minuters bilresa mellan hotell och ishall varför laget sannolikt kommer behöva hjälp med transporter. Hemresa och eventuell transport till ny spelort/ishall sker på samma sätt som ovan. Adresser och kartlänkar Ishall • NEH Hallen(carlssonhallen) Knutsbergsvägen 6, 713 30 Nora https://www.google.com/maps/place/Carlssonhallen/@59.5178664,15.014593,17z/data=!3m1!4b1! 4m5!3m4!1s0x465c45458db33b85:0x3ca8882afc77908e!8m2!3d59.5176461!4d15.0164633

Packlista Hockey • Utrustning inkl matchtröjor, damasker, vattenflaska, skridskoskydd, namnlapp och klubba/klubbor • Kläder och skor för uppvärmning utomhus • Ombyteskläder, handduk och tvål/schampo

Boende • Tvål/schampo, tandborste och tandkräm • Ombyteskläder +Övrigt • Lagjacka • Träningsoverall • Myskläder till kvällarna • Fickpengar •

DAGSPROGRAM Fredag 23 sept Samling inför match i omklädningsrum i NEH Hallen 15.00 Fredag Middag 18:15. Samling i omklädningsrum inför match MATCH 2 19:45 Duschning och avfärd till hotellet. Installation på hotellet ca 22:30 , kvällsfika. Tandborstade och liggande i ”säng” 23:00 Släckt och tyst

Lördag 24 januari 07:00 Väckning. Påklädda och klara för frukost 07,30. Vi lämnar hotellet 08:15 .

Samling ca 8.45 inför första match 3 09:45. Lunch 11:30. 12.00 Samling i omklädningsrum inför Match 4 Middag 17:00. 17:30 Samling i omklädningsrum inför match 5 18:15 Duschning och ta med alla utrustning från Nora, tillbaka till hotellet. kvällsfika. 21.30 inne på hotellrummet, tandborstade och liggande i ”säng” 22:00 Släckt och tyst Söndag 25 sept. Tider för väckning, frukost och avresa bestäms lördag em/kväll när vi vet var vi hamnar för slutspel. Vi tar med packning från hotellet på morgonen.

Kan bli ändringar på vägen, ett mål på lördagen att äta glass som lagkassan står för😊