

Kolmården CUP

All information om cupen hittar ni här: [Kolmården Cup](#) Torsdag 7 - lördag 9 augusti.

Se till att era tjejer äter och dricker bra dagarna före och att man ätit ordentligt på torsdagen innan avfärd. Vi siktar på att stanna och få i oss middag på nedresa. Vi kommer att ordna med pastasallad, men ber alla att ta med sig egen dryck. Vatten räcker om man vill.

Samling: Klinta IP kl 16.45 med sikte på att lämna klockan 17.00

Tanken är att vi gemensamt åker ner till cupen, så om du reser in från annat håll, meddela det omgående genom Laget.

Samåkning: Vi ser till att det finns plats för alla spelare i någon av bilarna som utgår från Klinta. Meddela gärna om ni har extra platser så koordinerar vi gemensamt. Tack för att ni hjälper till!

Hemfärd: Är beroende på hur långt lagen går. Hålla koll på lagen gör ni [här](#)

Tränare och lagledare på plats är: Johan, Elin, Daniel, Lars, Mia och Tobbe bor med tjejerna på First Camp Kolmården. Även flertalet föräldrar kommer att ansluta, men bor lite utspritt.

Stäm av innan avfärd - ev inköp måste göras

☐ Matchstrumpor – gröna och vita behövs

Nu när vi spelar 9-manna och resultaten räknas, är det viktigt att alla tjejer har **både ett par gröna och ett par vita fotbollsstrumpor**. Anledningen är att domaren måste kunna skilja lagen åt – även på strumporna – för att t.ex. kunna avgöra vilket ben som sist var på bollen vid närkamper. Om ni **saknar vita matchstrumpor**, ber vi er att komplettera med ett par innan cupen. Det går bra med valfritt märke – t.ex. Umbro, Nike, Adidas eller liknande. T.ex har XXL just nu 2 par för 159 kr. Går också att köpa så kallade Sleeves om man hellre föredrar det.

Packlista

Matchkläder

- ☐ Matchtröja (grönt och vitt)
- ☐ Shorts gröna
- ☐ Strumpor - gröna och vita
- ☐ Fotbollsskor
- ☐ Benskydd

Övriga kläder och ombyten

- ☐ Överdragskläder: Hoodie eller grön lagtröja + byxor
- ☐ Regnjacka
- ☐ T-shirt/byxor/shorts/kjol för fritid eller gemensamma aktiviteter
- ☐ Sköna skor/sandaler för mellan matcherna
- ☐ Underkläder (extra set!)
- ☐ Badkläder + badhandduk
- ☐ Keps

Hygien

- ☐ Handduk
- ☐ Duschsaker (schampo, tvål)
- ☐ Tandborste & tandkräm
- ☐ Hygienartiklar, solkräm, myggskydd
- ☐ Mediciner (egna, t.ex. allergi/astma)

Mat & Dryck

- ☐ Vattenflaska (namnmärkt!)
- ☐ Fukt/snacks till mellan och efter matcher
- ☐ Snacks till torsdag/fredag kväll
- ☐ Frukost, lunch och middag under cupen ingår och är ordnat med, men vi inser att det även kommer att förekomma ytterligare inköp som glass/ korv med bröd och annat. Så skicka gärna med lite extra fickpengar och swish om ni har möjlighet.

Övernattning

Vi sover i 6-bädds stugor, så täcke och kudde finns i stugorna

- ☐ Påslakan, underlakan och örngott
- ☐ Sovkläder, sovmask, öronproppar

Stugorna ska städas före utcheckning senast kl 11.00 på lördagen, prata gärna med era tjejer så de vet att det förväntas av dem. Vid nedslag på städning kostar det 1500 kr extra/ stuga.

Övrigt

- ☐ Mobilen är superbra att ha och man får givetvis använda den, men under dagarna kan mobilen få vila i väskan och vi umgås och har en rolig cup tillsammans istället.
- ☐ Fickpengar/ Swish

Nu siktar vi på en härlig cuphelg tillsammans, som vi fyller med laganda, glädje, gemenskap och fotboll och så tar vi med oss motivationen vidare in i höstens matcher.

Heja Irsta!  