



Information till spelare och föräldrar.

Nu är det dags för en favorit i repris – Dalecarlia!

Det här har vi verkligen sett fram emot och hoppas att hela laget är laddade för en riktigt härlig cuphelg med matcher och annat skoj. Vi hoppas på dagar fyllda med härliga prestationer, samarbeten på plan, kamratskap, samhörighet och fina minnen som vi kommer att bära med oss länge!

Här kommer lite praktisk information!

Schema för dagarna:

Torsdag

Vi samlas vi Ullviliden kl 16.15 för avfärd klockan 16.30.

Vi har meddelat att vi kommer till Leksand klockan 19.00 och har då tid för middag – så vi går alltså direkt och äter. Efter middagen kommer vi att checka in på vårt boende. Efter detta kör vi laghäng, någon aktivitet och sedan uppladdning för cup.

Fredag

Matcher + trolig kvällsaktivitet.

Lördag

Matcher förmiddag och Leksand sommarland på eftermiddagen. Till sommarland kan vi behöva hjälp med någon extrabil som skjutsar men detta återkommer vi om.

Söndag

Matcher förmiddagen.

Avslut av cup och hemfärd.

Det finns möjlighet att äta lunch för spelarna innan hemfärd.

Vi har två lag anmälda: **Irsta IF grön** och **Irsta IF vit**. Ni hittar lagen i mappen Dalecarlia i dokument. Där hittar ni även vilka ledare som ansvarar för vilket lag.

Spelschemat hittar ni enklast via Dalecarlias hemsida <https://dalecarliacup.se/start> eller via appen Dalecarlia cup.

Att tänka på:

Vi kommer att kommunicera via föräldragruppen i Whats app.

Ni hittar gruppen via denna länk:

<https://chat.whatsapp.com/DI1euDZonWQ5BcZ117cZ5H>

Sovsal, fotbollsplaner och matsalen är inom gångavstånd så vi kommer inte att behöva någon support med skjuts under dagtid. Ev. att vi kanske behöver hjälp någon kväll om vi tar oss iväg på någon aktivitet. Men vi återkommer om det.

Mobiler

Vi vill bygga gemenskap under dessa dagar och gör som vi gjorde förra året med att ha mobilerna undanstoppade i en "mobillåda" under dagarna. Det är okej att ha mobilerna på kvällen för att ringa hem. Hoppas att alla kan respektera detta och att tjejerna ser nyttan med detta för att ge sitt fokus till lagkompisarna!

Alla föräldrar kommer att kunna nå oss ledare via mobiler och barnen kan vid behov använda ledarnas telefoner för kontakt med föräldrar.

Godis, snacks m.m.

Under cupen önskar vi ledare att det inte förekommer godis eller läsk om inte ledarna säger annat. Vi kommer såklart att tillåta att tjejerna äter något gott på kvällen - det ska vara roligt att vara på cup. Men under dagarna vill vi fylla på med bra energi för att orka hålla fokus och energinivåerna på topp och det gör vi genom ordentliga luncher och bra mellanmål.

Det rekommenderas att tjejerna tar med ca 300 kr till diverse inköp som kan bli aktuella.

Att prata om hemma innan avresa:

- Vi är **ETT lag** och tillhör **Irsta IF F13**. Vi representerar laget och föreningen. Vi skapar en god stämning och vi lämnar inte truppen utan att ha pratat med en ledare om saken.
- **Spelare:** Vi håller humöret uppe. Vi är bra vinnare och bra förlorare. Vi gör alltid vårt bästa. Vi inkluderar varandra. Vi är positiva. Vi peppar varandra. Vi sitter tillsammans. Vi är sportsliga och jobbar för Fair play.
- **Ledare:** Vi uppmuntrar och peppar. Vi leder och coachar. Vi är föredömen för våra ungdomar. Vi berömmar. Vi skapar förutsättningar för spelarna.
- **Föräldrar:** Vi berömmar och uppmuntrar. Vi klagar aldrig på domare eller motståndare. Vi är föredömen för våra barn. Vi stöttar och hejar på **ALLA** spelare i våra trupper.

Transport

Resa till Leksand

Transporten till Leksand den 26/6 kommer att ske med bilar. Vi har platser för alla tjejer upp till Leksand, förutsatt att de föräldrar som skrivit i Whatsappgruppen också följer med som planerat. Vi samlas klockan 16.15 vid Ullviliden.

Om någon åker upp i egen bil och inte har meddelat detta i Whatsappgruppen önskar vi få veta det snarast.

Hemfärd

Båda lagen spelar sin sista match samtidigt på söndagen. Vi har möjlighet att äta lunch i cupmatsalen innan hemfärd. På söndagen har vi färre platser hem. Därav behöver vi veta hur många föräldrar som kommer upp för att titta på matcherna och

som då har platser i bilar hem. Vi skickar en kallelse på laget.se med en fråga och där kan ni skriva om ni har möjlighet till platser i er bil hem. Förhoppningsvis är det lugnt men vi återkommer om vi ser att det inte finns tillräckligt med platser.

Boende/Förläggning

Vi kommer att bo på Leksands gymnasium och äta samtliga måltider på Tegera Arena.

Städning av sovsal

Vi önskar att vi alla hjälps åt att plocka ihop barnens packning samt städar lokalen. Förra året var vi några få ledare kvar som städade och detta kan vi förbättra i år.

Packlista

☐ Sovartiklar

- Luftmadrass, gärna med inbyggd pump (*ej bredare än 90-100 cm, vi har inte plats att alla har dubbelmadrasser – glöm inte pumpen*)
- Extra lakan för att ha under sin luftmadrass.
- Ögonbindel vid behov då vi kommer ha svårt att mörklägga i lokalen
- Täck, lakan samt kudde
- Alternativt liggunderlag, kudde och sovsäck

☐ Hygienartiklar

- Duschartiklar
- Tandborste/Tandkräm
- Ev. mediciner
- Borste/Hårnoddar
- Handduk (*plus 1 liten*)
- Öronproppar
- Myggmedel
- Solkräm
- Vätskeersättning

☐ Matchkläder

- Irsta – Grön matchtröja och Svart träningströja
- Irsta gröna shorts
- Gröna fotbollsstrumpor, helst två 2 par.
- Träningsoverall (de som har)
- Fotbollsskor
- Benskydd
- Uteskor (*löparskor*)
- Tofflor
- Benskydd
- Vattenflaska märkt med namn (eller den med nummer)

☐ Vanliga kläder

- Ett par ombyten (gärna mjukiskläder som är skönt på kvällarna)
- Ytterkläder efter väder (kolla väderprognosen – regnkläder rekommenderas)
- Pyjamas / sovkläder
- Underkläder/strumpor
- Badkläder

☐ Övrigt

- Ryggsäck att använda dagtid och till sommarland.
- Mellanmål till första dagen (*ej godis eller fikabröd!*)
- Extra mellis, så som Majskakor, wasa sportknäcke frukt mm. **Nötter tillåts ej!**
- Fickpengar 300 SEK
- 2 galgar, uppmärkta med namn (*ska användas för torkning*)
- Telefonladdare – MÄRK UPP!
- Keps rekommenderas

LITE TIPS:

- Skriv namn på ALLA dina saker.
- Kolla att luftmadrassen är hel!
- Ta inte med allt för mycket vanliga kläder, (*behövs inte ett alternativ per dag*)
- Om man vill ha med sig ett gosedjur, så välj ett litet!
- Saker av värde är det bäst att lämna hemma.

Nummer till ledarna hittar ni i dokumentet med lagindelningen.

Vi ser fram emot en riktigt härlig cup tillsammans!