

Packlista – Kick On Cup 3–5/10 2025

Fotbollsutrustning

- Matchställ (tröja, shorts, strumpor)
- Träningskläder
- Fotbollsskor
- Benskydd
- Träningskor/gympaskor
- Vattenflaska
- Regnjacka/träningsjacka
- Väska/sportbag
- Medicintejp

Hygienartiklar

- Tandborste och tandkräm
- Handduk
- Duschgrejer (schampo, tvål etc.)
- Deodorant
- Hårborste
- Eventuella mediciner (inhalator, allergimedicin, etc.)

Vanliga kläder

- Underkläder för 2 dagar (+ extra par)
- Strumpor (både vardags- och fotbollsstrumpor)
- T-shirts/tröjor
- Mjukisbyxor eller shorts
- Tröja/hoodie
- Sovkläder (pyjamas)
- Ombyte för kvällsaktivitet eller resa hem
- Mössa/keps (beroende på väder)
- Regnkläder (vid behov)
- Underställ
- Vantar

Övernattning

- Luftmadrass/liggunderlag (max 90cm)
- Sovsäck eller täcke + kudde
- Öronproppar

Övrigt

- Mobil + laddare
- Hörlurar
- Powerbank
- Liten fickpeng
- Snacks/frukt
- Bok, kortlek eller annan tyst underhållning
- Plastpåse för smutsiga kläder