

Buster & Starlet Cup 2025

Helgen den 2-4 maj spelar Lillån IBK F13/14 cup i Mora vilket vi hoppas ska bli en rolig upplevelse för tjejerna. Dels att få spela matcher mot lag från andra delar av landet dels att få möjlighet att hänga tillsammans utanför innebandyn. Här har vi samlat information om hur vi kommer att genomföra cupen. Hör av er till någon av oss ledare om ni har frågor inför eller under cupen.

Transport

Det är många föräldrar som ska med till Mora för att titta på matcherna vilket gör att vi inte har arrangerat någon gemensam samåkning. Vi ber därför er som har spelare som saknar skjuts till Mora att höra av sig till någon av oss ledare så fixar vi det. Det finns många bilar med lediga platser.

Fredag den 2/5 kl.16:00 samlas vi vid lagets boende i Mora som ligger på Morkarlbyhöjden, Kvarnholsvägen 18A. Vi checkar in på boendet och åker därefter direkt vidare för att äta middag på Mora gymnasium. Därifrån åker vi sen vidare till vår första match som går av stapeln i Orsa kl.20.00.

Matcher

Vi spelar i divisionen Flickor röd och kommer att spela 5 mot 5 precis som vi gjort i seriespelet den gångna säsongen. Matcherna spelas i Mora och Orsa, vi kommer att möta 3 andra lag i grundserien. Alla lag i serien går vidare till slutspel som spelas på söndag den 4/5. Totalt kommer laget att spela minst 5 matcher.

Boende

Laget och ledare kommer att bo gemensamt i en skolsal på Morkarlbyhöjden som ligger på Kvarnholsvägen 18A i Mora. Vi sover på golvet i ett klassrum. Uppblåsningsbar madrass rekommenderas, dock av utrymmesskäl inte bredare än 90 cm.

Efter avslutad matchdag kommer laget att duscha i det omklädningsrum som vi har i matchhallen. Det är därför bra att man har en ryggsäck att frakta vanliga kläder i mellan boendet och matcherna.

Mat

Laget får frukost, lunch och middag från cuparrangören. Vi ledare kommer att ha med frukt med mera som energipåfyllning mellan matcherna men ber er föräldrar att skicka med era barn sådant de själva gillar att äta mellan måltiderna och på kvällarna.

Godis, läsk, snacks etc. äter vi i rimliga mängder på kvällstid, efter vi spelat klart våra matcher och efter vi ätit middag.

P.g.a. allergi råder förbud mot nötter under cupen. Corny går dock bra att ha med för de som vill det.

Kontakt

6st ledare kommer att vara med under cupen och bo tillsammans med laget. Nedan finns telefonnummer till respektive ledare.

Henrik Gustafsson	073-966 75 98
Magnus Rasmusson	070-347 81 54
Peter Follinger	072-510 98 03
Dennis Holmberg	073-976 60 29
Tobias Rosén	070-474 78 56
Tobbe Hjort	070-300 89 59

Om vi ledare behöver komma i kontakt med er föräldrar så kommer vi att använda telefonnummer som finns på laget.se.

Avslutning

Cupen avslutas på söndag den 4/5 då vi spelar minst en match, antingen kl. 08:00 eller kl. 08:50. Vinner vi den matchen spelar vi en match till runt kl. 13:00.

Lagets boende ska utrymmas och grovstädas innan kl.12:00. Detta behöver vi hjälp med från er föräldrar (4-5 st). Vi ber er föräldrar att snacka ihop er om detta. De som ska städa ses vid boendet kl.10:00.

Packlista

Nedan finns en lista över de saker som spelarna behöver ha med sig till cupen. Några av frivillig karaktär. Saker som vanliga kläder etc. har utelämnats från listan.

- Uppblåsbar madrass (max 90 cm)
- Sängkläder alternativt sovsäck
- Kudde
- Pyjamas
- Myskläder
- Duschhanduk (2 st)
- Liten handduk
- Duschtvål och schampo
- Tandborste och tandkräm
- Öronproppar
- Telefon
- Laddare
- Hörlurar
- Matchkläder grön
- Matchkläder svart (träningströjan)
- Överdragsställ
- Klubba (helst 2 st)
- Skor och glasögon
- Ryggsäck
- Kortlek
- Spel
- Mellanmål/Energipåfyllning
- Godis/Snacks (i måttlig mängd)

Hålltider

Fredag 2/5

Tidpunkt	Aktivitet	Plats	Kommentar
16:00	Samling vid boendet	Morkarlbyhöjden	
17:30	Avfärd till middag	Morkarlbyhöjden	
17:45	Middag	Mora Gymnasium	
18:45	Avfärd till Orsa	Mora Gymnasium	
19:15	Samling för match	Mora Gymnasium	
20:00	Match Lillån IBK – SK Örnen	Orsahallen, Maklinsgatan	
21:00	Dusch och ombyte	Orsahallen	
21:30	Avfärd till boende	Orsahallen	
22:00	Chilla på boendet	Morkarlbyhöjden	
23:00	God natt!	Morkarlbyhöjden	

Lördag 3/5

Tidpunkt	Aktivitet	Plats	Kommentar
08:00	Upp och hoppa!	Morkarlbyhöjden	
08:30	Frukost	Morkarlbyhöjden	
10:00	Energipåfyllning	Morkarlbyhöjden	
11:00	Transport till match	Morkarlbyhöjden	
11:40	Samling för match	Mora Gymnasium	
12:30	Match Rättviks/LI20 – Lillån IBK	Mora Gymnasium	
13:30	Lunch	Mora Gymnasium	
16:15	Samling inför match	Mora Gymnasium	
17:00	Match Lillån IBK – Valbo IBF 1	Mora Gymnasium	
18:30	Middag	Mora Gymnasium	
19:30	Dusch och ombyte	Mora Gymnasium	
20:00	Transport till boende	Mora Gymnasium	
20:30	Chilla på boendet	Morkarlbyhöjden	
22:00	God natt!	Morkarlbyhöjden	

Söndag 4/5

Vi kommer att spela minst en match under söndag. Matchen spelas antingen 08:00 eller 08:50 vilket gör att det är tidig uppstigning

Tidpunkt	Aktivitet	Plats	Kommentar
06:00	Upp och hoppa!		
06:45	Frukost	Morkarlbyhöjden	
07:00	Avfärd till match		Om matchen är 08:00, annars senare avfärd
10:00	Samling föräldrar för städning	Morkarlbyhöjden	