

Packlista Eskilscupen

Tänk på att namna allt du kan!

Vi ser fram emot att vara med på Eskilscupen och vi är övertygade om att vi kommer få fantastiska dagar tillsammans! Här nedan kommer tips på packlista:

Sova:

Luftmadrass (max 90 cm bred)

Lakan x 2 ett att ha under luftmadrassen och ett att ha på madrassen

Sovsäck/täcke/filt

Kudde

Fotboll:

Fotbollsskor (ta gärna med extra par om du har)

Benskydd och egen tejp om du använder det

LIF träningsoverall (det du har)

Vattenflaska

Överdragskläder/regnkläder

Matchshorts (gärna flera)

Matchstrumpor (gärna flera)

Badtofflor

Liten ryggsäck till matcher, dusch mm

Galge att ev hänga upp blöta kläder på (vi tar med lina)

Övrigt:

Kläder efter väder (tänk för ev shopping, utomhus, vila mm)

Underkläder och sovkläder

Skor

Badlakan (till dusch efter match och ev. bad, så 2 st. minimum)

Necessär inklusive eventuella mediciner (schampo, balsam, tandborste, tandkräm, deo, hårborste, hårsnoddar mm)

Badkläder (om väder och tid tillåter)

Mobil/laddare/hörlurar (grenkontakt kan vara bra)

Fickpengar (swish/kontanter/kort)

Tips:

Vätskeersättning

Druvsocker

Alvedon

Solkräm

Öronproppar/sovmask

Skavsårplåster

Extra bars att äta mellan matcherna