Info - Holländaren cup

**Samling och genomgång**På lördag 16/3 är det samling för föräldrar och barn kl 06:40 i ishallen. När ni kommer lämnar ni över era barn till oss ledare och föräldrar samlas i cafeterian kl 06:40. Där kommer jag (Björn), Camilla och Andreas att hålla en kort genomgång av cupen och eventuella frågor. Samlingstid på söndag är kl 07:00 för er som har tilldelade pass på söndagen.

Arbetsschema och övrig information finns på laget.se under ”Dokument” i mappen som heter ”Holländaren cup”. Vi går även igenom detta på genomgången så att alla har koll på vad som ska göras i respektive tilldelad uppgift.

**Spelschema lördag**08:00 Karlskoga12:30 Hovås17:00 Forshaga

Söndagens matcher kommer att finnas på cuponline.se när lördagens matcher är färdigspelade eftersom de bestäms utifrån placering under lördagen. Matchstart på söndag är 07:45.

**Lagvärdar**Alla gästande lag har fått ett dokument med information om cupen. Detta dokument finns på laget.se under ”Dokument”. Vilka som är lagvärdar och vilka lag ni ansvarar för kommer jag att kontakta er med under helgen.

**Godisförbud**Vi kommer att ha godisförbud för barnen under cupen så att det inte äts konstant under dagen. Vi kommer att få mellanmål under dagen så ingen kommer att gå hungrig. Cafeterian är öppen om man vill köpa toast och korv. Godis/chips och sånt tar vi på kvällen i Högelidskolan enligt tidigare information om övernattning.

Proteinbar och proteindryck är okej under cupen men i lagom mängd. Nötter får inte tas med då det finns nötallergiker i våra gästande lag. Protein är bra att få i sig när man tränar men barnen är små och det räcker med små mängder. Annars genererar det bara illamående och dålig mage och det vill vi undvika. Frukt däremot kan man ha med sig hur mycket man vill.

**Omklädningsrum**Vi kommer att vara många i omklädningsrummet så prata gärna med barnen om att hålla ordning och reda på utrustning och annat. Vi kommer att ha kvar vår utrustning i omklädningsrummet under cupen.

Inga föräldrar är tillåtna i omklädningsrummet under cupen. Ni får vänta utanför eller i korridoren tills vi släpper ut barnen. Vi ber er respektera detta. Vill man sitt barn något så kommer det att finnas tid för det i övrigt. Händer det något så kontaktar vi er föräldrar.

--------------------------

Nu ser vi till att detta blir en lika väl genomförd cup som förra året. Då fick vi beröm för vårt arbete av gästande lag och några har valt att återvända till vår cup av den anledningen! ☺

Har ni några funderingar är ni välkomna att höra av er till mig!