

VÄLKOMNA TILL NOLHAGA PARK CUP



VÄLKOMNA TILL NOLHAGA PARK CUP - U10, 29 MARS

Varmt välkomna till årets upplaga av Nolhaga Park Cup
– en dag fylld av hockeyglädje, skratt, energi och gemenskap!

Vi ser verkligen fram emot en dag fylld av spännande matcher, gemenskap och glädje. Cupen spelas i nya Nolhaga Ishall, som invigdes våren 2025. Vi hoppas ni kommer trivas under cupen så att det blir en minnesvärd upplevelse för spelare, ledare och supportrar.

MATCHER

Spelschema, matchtider och information om lagen finns på Swehockeycup. Sök på orten "Alingsås" för att hitta cupen. Där hittar du det senaste spelschemat, ser om det sker ändringar, samt finner resultatet. Värma upp gör ni bäst utomhus eller bakom läktaren.

HALLEN ÖPPNAS

Vi öppnar hallen och omklädningsrummen 1 ½ timma innan första matchstart. Då får ni tillgång till omklädningsrummen.

MAT & DRYCK

För alla spelare och ledare som anmält sig så ingår mat under dagen som vi hoppas ska vara till belåtenhet. Maten som ingår är:

- Lunch, enligt lunchschema.
- Enklare middag (grillad hamburgare), får biljett. Man väljer själv när man vill äta.
- En låda med frukt till laget för mellanmål som ledarna själva fördelar.

Maten serveras i ishallen, i konferensrummen eller precis utanför ishallen när det gäller hamburgare. Schema för era mattider bifogas i detta mejl. Vi ber er hålla tiderna för att undvika trängsel. Allergier eller behov av specialkost som ej är anmälda, kontakta oss snarast.

KAFÉ & HAMBURGARE

I ishallen finns det även ett kafé där man kan fylla på energi under hela dagen. Det finns enklare mat och såklart kaffe, fika och godis. Grillen är igång större delen av dagen.

LEDARLOUNGE & LEDARSAMLING

Ledarsamling - Kl 08.30 har vi en gemensam ledarsamling där alla lag skickar minst en ledare. Den genomförs uppe, vån 2 i Ledarloungen, motsatta sidan mot läktaren.

Alla ledare på isen måste ha hjälm på isen, skridskor är inget krav men kan vara bra.

Ledarloungen finns på våning 2 mittemot läktaren. Där kan ni ledare slappna av, umgås och njuta av kaffe och gott fika (från Ekstedts konditori).

NOLHAGA PARK CUP - U10, 29 MARS 2026

HUVUDENTRÉ & SPELARINGÅNG

Spelare och ledare går in via spelaringången som är på höger sida om hallen, längst ned mot grustennisplanerna. Publik går in via huvudentrén.

PARKERING & AVLASTNING

Parkerar gör ni bäst på grusplanen bredvid tennishallen. Ni svänger ned innan Nolahagaskolan på vänster sida och sedan igenom grinden ut på grusplanen. Det är möjligt att åka ner till ishallen och lasta av. Det är lite trång, så lämna platsen så snart ni kan. Men kör i gångfartstempo så inga olyckor sker. Se bild i slutet av foldern.

SLIPA SKRIDSKOR

Har ni behov av att slipa enstaka skridskor så hjälper vi er gärna. Ta kontakt med någon ledare i Sörhaga Alingsås Hockey.

AKTIVITETER MELLAN MATCHERNA FÖR LAGEN

Vi har ett aktivitetsrum som är beläget i Spegelsalen som finns i det borte vänstra hörnet av ishallen från kafeterian sett.

Aktiviteter i och runt ishallen för spelare, bla följande:

- Ljusduellen, inspirerad av "Mästarnas Mästare" - I Aktivitetsrummet
- Rundpingis - I Aktivitetsrummet
- Extreme Game changer, teknik - I Aktivitetsrummet
- Frisbeegolf - Låna frisbees i kafét, spela i parken

LOTTERIER & DEROMEKASTET

LOTTERI

Under cupen har vi ett fint lotteri borta vid kafét där vinsten går till arrangerande lag. Ta chansen att vinna fina priser och samtidigt stötta laget.

DEROMEKASTET

I en paus under dagen så genomförs Deromekastet, ett puckakast där det finns chans att vinna fina priser. Det handlar om att kasta pucken från läktaren och hamna så nära mittpunkten som möjligt. Närmast mitten vinner.

Ni köper puckar vid kafeterian.

NOLHAGA PARK CUP - U10, 29 MARS 2026

KONTAKTPERSONER UNDER CUPEN

Cupansvarig U10: Therese Kärving

Telefon: 076 - 243 40 04

Mejl: therese.karvling@icloud.com

Vi ser fram emot en fantastisk cup tillsammans med er spelare, ledare och publik!

VARMT VÄLKOMNA TILL ALINGSÅS!

Sörhaga/Alingsås hockey

Staffan Wåhleman, Klubbchef, 0702 – 105 423, staffan@alingsashockey.se

OMKLÄDNINGSRUM

I ishallen har vi tillgång till 6 st stora omklädningsrum och 4 st mindre. Alla lag kommer kunna vara i ett och samma omklädningsrum under hela cupen. Däremot kan det vid de yngre åldrarna vara så att man får dela omklädningsrum med någon annan förening. Men i möjligaste mån så får varje förening ett eget omklädningsrum.

Omklädningsrum A - lag

Sörhaga/Alingsås Hockey - Grön, Röd, Vit

Omklädningsrum J20

Frölunda HC - Röd, Vit, Grön

Omklädningsrum – 8

Skärgården SK - Blå, Gul, Vit

Omklädningsrum – 7

Mariestad BOIS - Blå, Gul, Vit

Omklädningsrum – 6

Härryda HC - Svart, Vit

Omklädningsrum – 5

Vänersborgs HC - Svart, Vit

Omklädningsrum – 4

Flickor

Omklädningsrum – 3

Omklädningsrum – 2

Omklädningsrum – 1

NOLHAGA PARK CUP - U10, 29 MARS 2026

MATEN UNDER NOLHAGA PARK CUP

LUNCHEN

Lunchen serveras i konferensrummen på kortsidan vid kafeterian. När ni kommer till lunchen prickar ni av er på listan med spelare och ledare som finns på plats. Ni som har anmält specialkost/allergi säger till när ni kommer till serveringen.

Lunchtider

Frölunda HC Grön - KI 11.35

Frölunda HC Röd - KI 12.30

Frölunda HC Vit - KI 12.10

Härryda HC - Svart - KI 12.10

Härryda HC - Vit - KI 11.00

Mariestad BOIS - Blå - KI 11.15

Mariestad BOIS - Gul - KI 11.15

Mariestad BOIS - Vit - KI 12.10

SAH - Grön - KI 11.00

SAH - Röd - KI 12.10

SAH - Vit - KI 12.10

Skärgården SK - Blå - KI 11.15

Skärgården SK - Gul - KI 11.15

Skärgården SK - Vit - KI 12.30

Vänersborgs HC - Svart - KI 11.35

Vänersborgs HC - Vit - KI 12.10

ENKLARE MIDDAG

En enklare middag serveras någon gång på eftermiddagen när ni tycker att det passar, det serveras varsin grillad hamburgare med dryck.

Ni får en biljett per person när ni kommer till cupen som ni lämnar till personalen för att få er hamburgare när det är dags.

Meddela kafepersonalen när ni vill ha hamburgarna under dagen så finns dom färdiga.

NOLHAGA PARK CUP - U10, 29 MARS 2026

SPELSHEMA



Serie U10

TID	PLAN	HEMMALAG	BORTALAG
09:00	Plan 1	Sörhaga Alingsås HK Grön	Frölunda HC Grön
09:00	Plan 2	Härryda HC Svart	Mariestad BoIS HC Blå
09:00	Plan 3	Skärgårdens SK Blå	Vänersborgs HC Svart
09:25	Plan 1	Sörhaga Alingsås HK Grön	Skärgårdens SK Gul
09:25	Plan 2	Härryda HC Svart	Mariestad BoIS HC Gul
09:25	Plan 3	Skärgårdens SK Blå	Frölunda HC Grön
09:50	Plan 1	Härryda HC Svart	Skärgårdens SK Gul
09:50	Plan 2	Frölunda HC Vit	Mariestad BoIS HC Gul
09:50	Plan 3	Vänersborgs HC Svart	Frölunda HC Grön
	ISVÅRD		
10:35	Plan 1	Härryda HC Vit	Frölunda HC Röd
10:35	Plan 2	Mariestad BoIS HC Blå	Vänersborgs HC Vit
10:35	Plan 3	Skärgårdens SK Vit	Sörhaga Alingsås HK Vit
11:00	Plan 1	Härryda HC Vit	Mariestad BoIS HC Vit
11:00	Plan 2	Frölunda HC Vit	SörhagaAlingsås HK Röd
11:00	Plan 3	Skärgårdens SK Vit	Frölunda HC Röd
11:25	Plan 1	Frölunda HC Vit	Mariestad BoIS HC Vit
11:25	Plan 2	Vänersborgs HC Vit	SörhagaAlingsås HK Röd
11:25	Plan 3	Sörhaga Alingsås HK Vit	Frölunda HC Röd
	ISVÅRD		

NOLHAGA PARK CUP - U10, 29 MARS 2026



Serie U10

TID	PLAN	HEMMALAG	BORTALAG
12:10	Plan 1	Sörhaga Alingsås HK Grön	Härryda HC Svart
12:10	Plan 2	Mariestad BoIS HC Blå	Skärgårdens SK Blå
12:10	Plan 3	Skärgårdens SK Gul	Mariestad BoIS HC Gul
12:35	Plan 1	Sörhaga Alingsås HK Grön	Skärgårdens SK Blå
12:35	Plan 2	Mariestad BoIS HC Blå	Vänersborgs HC Svart
12:35	Plan 3	Skärgårdens SK Gul	Frölunda HC Grön
13:00	Plan 1	Härryda HC Svart	Skärgårdens SK Blå
13:00	Plan 2	Sörhaga Alingsås HK Grön	Vänersborgs HC Svart
13:00	Plan 3	Mariestad BoIS HC Gul	Frölunda HC Grön
	ISVÅRD		
13:45	Plan 1	Härryda HC Vit	Frölunda HC Vit
13:45	Plan 2	Vänersborgs HC Vit	Skärgårdens SK Vit
13:45	Plan 3	Mariestad BoIS HC Vit	SörhagaAlingsås HK Röd
14:10	Plan 1	Härryda HC Vit	Skärgårdens SK Vit
14:10	Plan 2	Vänersborgs HC Vit	Sörhaga Alingsås HK Vit
14:10	Plan 3	Mariestad BoIS HC Vit	Frölunda HC Röd
14:35	Plan 1	Frölunda HC Vit	Skärgårdens SK Vit
14:35	Plan 2	Härryda HC Vit	Sörhaga Alingsås HK Vit
14:35	Plan 3	SörhagaAlingsås HK Röd	Frölunda HC Röd
	ISVÅRD + PUCKAKAST		

NOLHAGA PARK CUP - U10, 29 MARS 2026

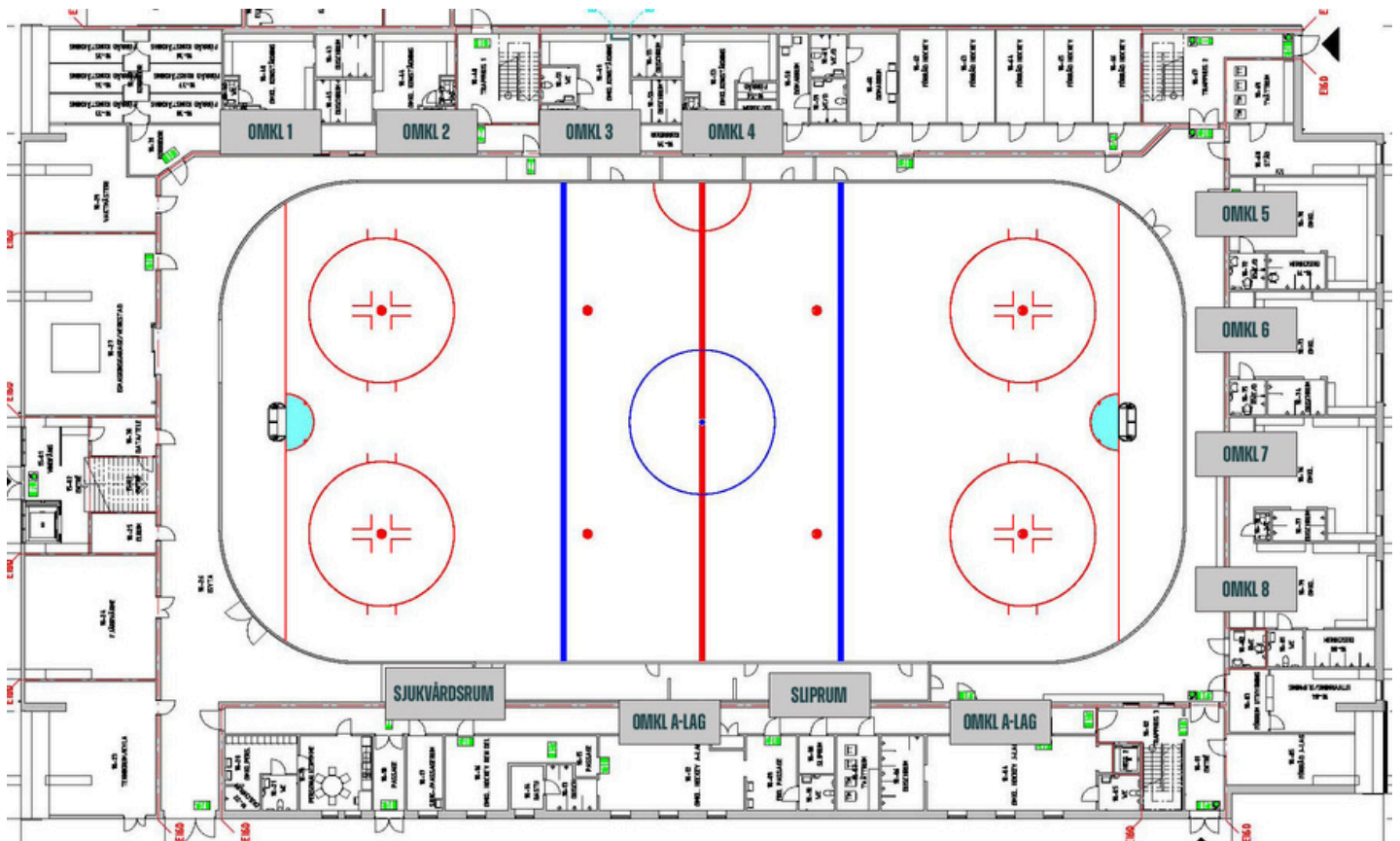
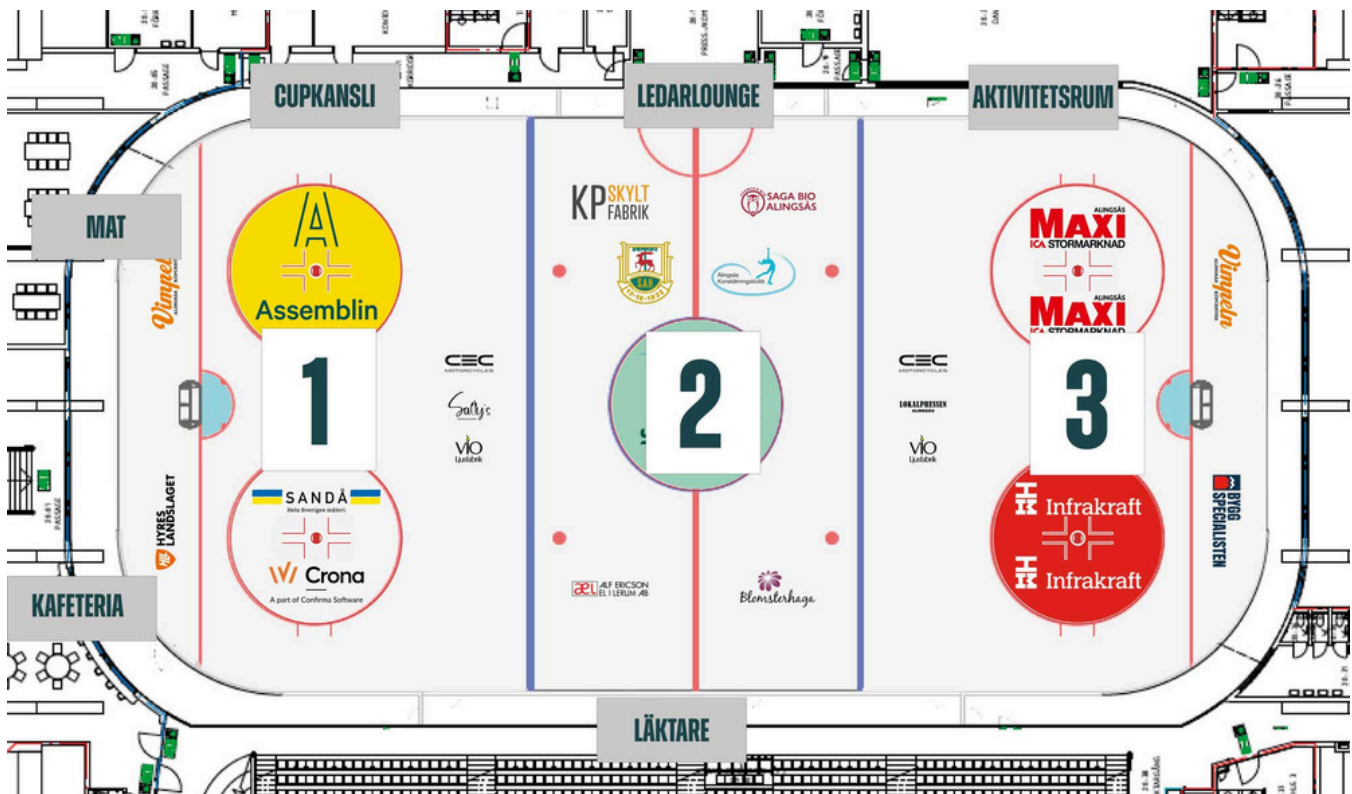


Serie U10

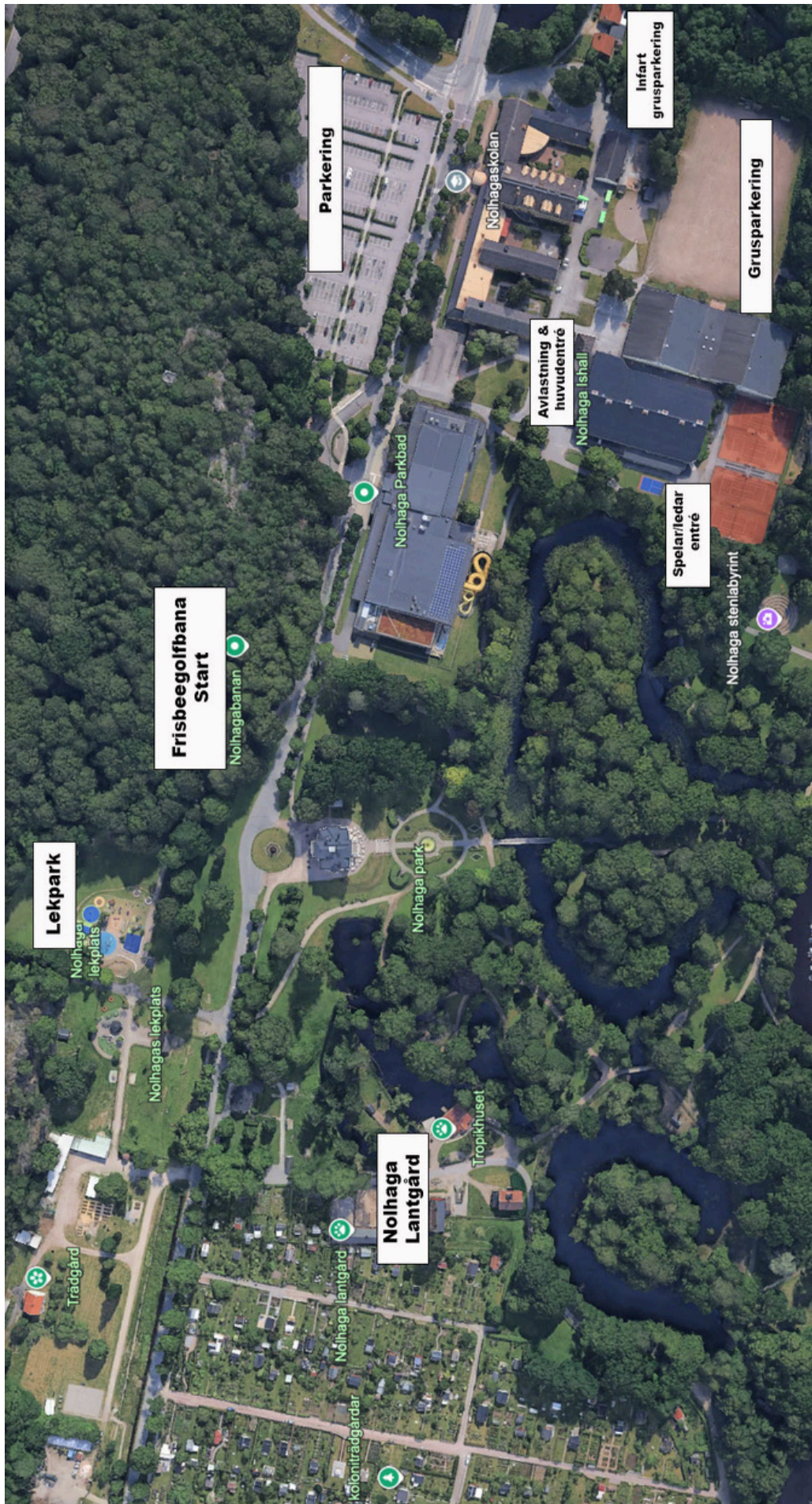
TID	PLAN	HEMMALAG	BORTALAG
15:25	Plan 1	Mariestad BoIS HC Gul	Sörhaga Alingsås HK Grön
15:25	Plan 2	Frölunda HC Grön	Mariestad BoIS HC Blå
15:25	Plan 3	Skärgårdens SK Gul	Vänersborgs HC Svart
15:50	Plan 1	Mariestad BoIS HC Gul	Skärgårdens SK Blå
15:50	Plan 2	Skärgårdens SK Gul	Mariestad BoIS HC Blå
15:50	Plan 3	Härryda HC Svart	Vänersborgs HC Svart
16:15	Plan 1	SörhagaAlingsås HK Röd	Härryda HC Vit
16:15	Plan 2	Frölunda HC Röd	Vänersborgs HC Vit
16:15	Plan 3	Mariestad BoIS HC Vit	Sörhaga Alingsås HK Vit
16:40	Plan 1	SörhagaAlingsås HK Röd	Skärgårdens SK Vit
16:40	Plan 2	Mariestad BoIS HC Vit	Vänersborgs HC Vit
16:40	Plan 3	Frölunda HC Vit	Sörhaga Alingsås HK Vit

NOLHAGA PARK CUP - U10, 29 MARS 2026

ÖVERSIKT NOLHAGA ISHALL



ÖVERSIKT, OMRÅDET RUNT NOLHAGA ISHALL



NOLHAGA PARK CUP - U10, 29 MARS 2026

AKTIVITETER FÖR SUPPORTRAR, FAMILJER OCH SYSKON

Nolhaga Ishall ligger i vackra Nolhaga Park, en perfekt plats för familj, syskon och supportrar att njuta av dagen mellan matcherna.

Att göra i närheten

- Äventyrsbad i Nolhaga Parkbad – 50 m
- Nolhaga Park, vacker miljö att promenera i - 0 m
- Frisbeegolf i Nolhaga Park – 200 m (Frisbees finns att låna i kafét)
- Djurpark med bondgårdsdjur – 300 m
- Lekpark i Nolhaga Park – 300 m
- Bowling i Stures Bowling – 1000 m
- Alingsås stadskärna, vacker miljö med mysiga butiker – 700 m

MAT & FIKA I KAFÉSTADEN ALINGSÅS

I Alingsås stadskärna finns flera mysiga restauranger och kaféer. Observera att inte alla har öppet både lördagar och söndagar.

- Stures Bowling & Sportbar, restaurang med go mat, & bowling - 2500 m
- Momentil Liberi, Italiens restaurang – 300 m
- Amvrosia, Grekisk restaurang – 700 m
- Gårdscafét, restaurang & kafè i mysig miljö – 800 m
- Sjöö, restaurang vid sjön Gerdskan – 2000 m
- Cyrano, restaurang med goa stenungsbakade pizzor – 700 m
- Alingsås Saluhall – 800 m
- Kafé Ekstedts Bageri & Konditori, stans bästa café med mysig innergård – 800 m.
- Kafé Nygrens, Kafé i mysig miljö – 800 m
- Kafé Nolbygård, Eko bageri i mysig miljö - 4000 m

Behöver ni fler tips? Fråga gärna i kafét eller någon i föreningen!