

Info och packlista Hudik Cup

Ledare

Anna Bergqvist, 070-2800587
Henrik Bäärnhielm, 070-6990516
Mattias Karlsson, 070-3680016

Lars Ivarsson, 070-3368460
Fredrik Olsson, 070-2155716
Anna Johansson, 070-2710192
Emma Elvebäck, 070-4427822

Div Cup-info finns på Hudikcup.com eller i deras app

Föräldrar på plats får gärna skapa en smsgrupp el liknande som vi kan kommunicera via, lägg gärna till oss ledare också.

Prata gärna innan med era barn kring regler och vidden av att ta eget ansvar över sina saker etc dessa dagar. Alla behöver vara goda kamrater för att det ska bli en bra upplevelse. Vår målsättning är att resan ska stärka laget och att vi ska ha roligt tillsammans och spela massor av fotboll.

Avresa

- Samling kl XX.XX vid Furuparken. **OBS** Viktigt att alla respekterar denna tid.
- Bussen avgår kl XX.XX
- Resan tar ca 3,5 timme
- Vi delar buss med XX
- Beroende på avresetid, men åker vi runt lunchtid så är det detta som gäller; Det blir inget matstopp på vägen till Hudik. Chauffören vill helst inte att man äter mat på bussen. Vi kommer dock att resa mitt i lunchtid så vi tänker att om alla städar upp efter sig så kan man ha en lättare lunch med sig, t ex en pastasallad el matigare macka, inte ngt kletigt eller gulaschsoppa...

Hemresetid på söndag får vi återkomma med då vi åker gemensamt med övriga lag så det beror på när sista matchen spelas, dvs hur slutspelet går.

Boende / Mat / Transporter

- Vi bor och äter på Bromangymansiet, Hudiksvall.
- Kvällsfika vore toppen om fixar föräldragrupp på plats kan fixa.
- En Cupbuss kör mellan skolan där vi bor, äter och spelplanerna. Om vi ser på plats att det är möjligt så promenerar vi till matcherna.
- Beroende på när hemresan kan påbörjas blir det eventuellt behov av matstopp (lunch äter vi innan hemfärd). Men då vi delar buss med andra lag blir det inte hemfärd på söndagen förrän alla lagen är färdiga. Tänk därför på att "fickpengar" för eventuell mat måste tas med.

Matsedel

Sallad, smör, hårt bröd, mjölk, måltidsdryck till samtliga måltider.

Frukost

Består av: Fil, flingor, müsli, bär, ägg, fullkornsbröd, limpa, hårt bröd, smör, ost, skinka, gurka, mjölk, måltidsdryck

Lunch och middag

Fredag middag: Pasta med kyckling och örtsås

Lördag lunch: Korvstroganoff med ris

Lördag middag: Pasta med köttfärssås

Söndag: Köttbullar med potatismos, gräddsås, lingonsylt

Spelregler

En påminnelse om vad och hur vi ska förhålla oss till varandra

- Vi är kompis med alla, ingen lämnas ensam. Vi är en grupp.
- Vi hänger tillsammans med laget innan, mellan och efter matcher. Ingen får "sticka iväg" på eget bevåg.
- Vi berömmar och peppar varandra.
- Vi visar respekt för motståndare, domare och varandra.
- Vi vinner tillsammans och vi förlorar tillsammans.
- Vi passar tider.
- På bussen sitter vi stilla på våra platser med bältet fastspänt - detta är VIKTIG! Alla behöver respektera chauffören och tänka på ljudvolymen.
- Vi är tysta när ledarna pratar.
- Vi hjälps åt att ta ansvar för gemensamt material som t.ex. tröjor, bollar, väskor.
- Om barnen tar med värdesaker som tex ipad, mobiler osv så får de själva ansvara för dessa.
- Vi respekterar att ingen använder telefon efter överenskommet klockslag vid läggdags (22.00 släcker vi och då ska det vara tyst).
- Godis/läskförbud råder under hela cupen tills vi har spelat sista matchen.

- Vi tränare kommer att höra av oss till er föräldrar om erat barn blir sjuk eller inte vill sova med laget. Det är då erat ansvar att se till att barnet blir hämtat om så behövs.
OBS! Vi ber er alla att uppdatera era kontaktuppgifter på laget.se med telefonnummer, saknas fortfarande på många. Lägg gärna till barnens mobilnummer också. Påminner om att ni kan behöva gå in i webbversionen för att göra detta!

Förslag på PACKLISTA

- Luftmadrass (max 90 cm bred) -viktigt att detta respekteras så att vi alla ryms i det rum vi tilldelas + pump, eller liggunderlag
- Gärna en liten filt (om det är kallt/ eller kan läggas under madrassen så att den inte gnekar)
- Sovsäck & kudde
- Pyjamas/något att sova i
- Öronproppar om man behöver
- Hygienartiklar (t ex tandborste, tandkräm, borste, schampo, duschcreme, hårsnoddar, hårband, deo, ev. mediciner)
- Solskyddsfaktor och keps (har vi tur tittar solen fram)
- Handduk
- Ryggsäck/gympapåse för att ta med sig duschgrejer mm till och från match
- Plastpåse för ev blöta kläder/skor samt smutsvätt
- Två märkta galgar (praktiskt att hänga upp sina kläder på i klassrummet)
- Opekläder (överdragskläder, om man har)
- Shorts, byxor, t-shirts, fotbollsstrumpor (VITA o gärna flera par)
- Fotbollsskor
- Benskydd + tejp
- Vattenflaska
- Målvaktshandskar (om man har, vi tränare tar med några par)
- Regnkläder
- Fritidskläder och skor
- Underkläder
- Tofflor (att gå inne och ute med)
- Mobil, laddare och ev lurar
- Fickpengar

Se till så att kläder, skor och övrigt som är möjliga att märka med namn, är märkta!

Lämna gärna smycken hemma (annars ta med ngt att lägga dom i)

Matchschema finns i appen

