

JAS ELIT CUP 22-24 AUGUSTI, 2025

Samling

Samling kl 17.00 (eller så snart man har möjlighet) i Rudbecksskolan, Örebro.

Ha matchgrejer, ombyteskläder samt duschgrejer packat i ryggsäck/väska.

Alla duschar efter respektive match!

Boenden

Rudbecksskolan, Kungsgatan 31 Örebro. Ca 10 min promenad från Gamla hallen, där matcherna spelas.

Mat

Maten serveras på Rudbecksskolan där vi bor

	Frukost	Lunch	Middag
Fredag			17:30 - 21:00
Lördag	06:15 - 09:00	11:00 – 14:30	17:30 - 21:00
Söndag	06:15 – 09:00	11:00 – 14:30	-

Till **frukost** serveras yoghurt, smör, ost, kalkon, gröt, flingor, müsli, hårt och mjukt bröd, mjölk.

Fredag Middag: korvstroganoff med ris och sallad

Lördag Lunch: spagetti med köttfärssås och sallad

Middag: kycklinggryta med ris och sallad

Söndag Lunch: pasta med köttbullar, ketchup och sallad

JAS ELIT CUP 22-24 AUGUSTI, 2025

Matcher

Matcher kommer livesändas [jas elit cup](#)

Spelschemat; [spelschema](#)

	Grupp A				
Gruppspel	Fredag 22/8	19:10	Strängnäs IBK	Landvetter IBK	(H)
Gruppspel	Lördag 23/8	08:00	IK Sirius FBC	Strängnäs IBK	(B)
Gruppspel	Lördag 23/8	13:50	Strängnäs IBK	IBF Örebro/Ekeby IF	(H)

Adress till hallarna

[Eyragatan](#) 1, Örebro

Kiosker

Det finns en kiosk öppna under cupens gång.

Omklädningsrum

Under cupen kommer alla omklädningsrum vara upplåsta och det går inte att få ett "eget". Här ber vi om respekt gentemot andra lag. Vi håller dem städade och inte sprider vatten över hela omklädningsrummet. Det är inte okej att befinna sig i ett omklädningsrum om man inte ska spela eller har spelat match inom rimlig tid.

Omklädningsrummen är fördelade på två områden:

Vid Gamla hallen, i markplan

I källarvåningen, som du når via trappa från entrén

Uppvärmning

Det finns ingen information om uppvärmning, vi behöver ta med egna bollar. **WILLY**

JAS ELIT CUP 22-24 AUGUSTI, 2025

Utrustning- packlista

- Innebandyklubba (gärna två, om olyckan är framme)
- Matchkläder (RÖDA och SVARTA. Gärna flera par strumpor)
- Svarta träningströjan
- SIBK-overall
- Väska att ha mellan förläggning och matcharenorna
- Löparskor och kläder för uppvärmning utomhus
- Vattenflaska
- Handduk (gärna två) + duschtvål (OBS! Lägg gärna duschtvål i en plastpåse för att undvika läckage)
- Hygienartiklar
- Tofflor (skönt att ha inne på förläggningen)
- Kudde
- Sängkläder/täcke/sovsäck
- Något att sova på tex luftmadrass eller liggunderlag. För att undvika ev knarr så kan ett lakan läggas under luftmadrass)
- Ombyte (strumpor, kalsonger osv)
- Hörlurar och mobilladdare (skarvsladd)
- Galge (att hänga upp matchkläderna på mellan matcherna)
- Skarv-/förgreningssladd
- **Mellanmål som killarna kan äta vid behov**

Kontaktlista

Willy	072-854 11 66
Vinton	076-209 28 28
Jirjis	076-016 45 97
Maria (sover inte på förläggning)	070-358 60 63

JAS ELIT CUP 22-24 AUGUSTI, 2025

Saker att tänka på:

- **VAR SCHYSSTA MOT VARANDRA (I MED OCH I MOTGÅNG)!!!**
- Det är av yttersta vikt att vi uppträder på ett bra sätt, mot varandra, mot andra (vuxna, ungdomar, domare, funktionärer osv). Vi skall vara goda representanter för Strängnäs IBK.
- **Överträdelser och förseelser leder till ev hemfärd (bekostas av individen).**

Cupens ordningsregler

- Ta foto/film på rummet när ni kommer så ni vet hur borden ska stå. MARIA
- Inget får röras av skolans material eller dylikt i lokaler som nyttjas i samband med turneringen.
- I samtliga lokaler råder rökförbud.
- I lokaler som nyttjas i samband med turneringen råder förbud mot alkoholhaltiga drycker och andra berusningsmedel.
- Egen ljudanläggning får endast användas med mycket låg volym.
- Bollspel är förbjudet i skollokalerna (klassrum, korridorer och andra utrymmen inomhus).
- Kostnaden för eventuell skadegörelse debiteras gästande lag/förening.
- Förvara värdesaker under uppsikt. Arrangören ansvarar ej för förekomna persedlar.
- Klassrummen skall städas och möbler ställas tillbaka på sina platser när ni lämnar skolan. Städutrustning finns att låna vid kiosken/informationen på skolan. Besiktning görs tillsammans med ansvarig personal på plats. Lag som lämnar utan att ha fått städningen godkänd kommer att faktureras en städavgift.