Viktig information inför Mikasa 2023

Äntligen dags för Örebro och Mikasa! Vi vill att ni läser denna information och ordningsregler noggrant tillsammans med spelarna så att alla vet vad som gäller när vi åker. Vi ser gärna att spelarna packat sin egen väska så de vet vad de har med sig och var det är packat. Ni vuxna får givetvis vara med att hjälpa till men när vi ska packa ihop inför återresan behöver spelarna göra det själva, så bra med ett genrep.

Tänk på att alla spelare måste orka bära/dra sin egen packning. Packa gärna i en väska med hjul om ni har, samt en ryggsäck som användas dagtid när vi rör oss mellan hallarna. Cupen är utspridd över hela Örebro. Det kan därför bli en hel del promenerande så ta med bra uteskor att gå i.

Viktigt att kontrollera sovutrustningen, dvs sovsäckar och luftmadrasser (låt dem gärna stå med luft över natten så det inte blir några otrevliga överraskningar).

Viktigt också att vårdnadshavare kollat igenom de kontaktuppgifter som finns på Laget-sidan så vi kan nå er om något oförutsett händer.

Tågresa

Reseinformation:

Torsdag 4/5:

**Kl 19.20**, Samling vid Umeå Centralstation, VIKTIGT att vara i god tid!!

Kl 19.41 Avresa från Umeå C,

Kl 05:15 Ankommer Örebro, promenad till aktivitetshus. Incheckning boende från ca 17.00

Tips på saker som kan vara bra att ha i ett handbagage för att enkelt komma åt på tåget:

liten kudde, necessär med tandborste och tandkräm, liten handduk, jacka/tröja om man fryser.

Söndag 7/5:

Kl 21.57 Avgång från Örebro C

**Kl 07.58** Anländer Umeå C för hämtning.

Se till att hålla koll på Laget-sidan eller SJ-appen och kontakt med ungdomarna för att se så att tåget kommer i tid.

Logi-paket

Varje spelare och medföljande vuxen betalar själva för sin mat och logi. De guldpaket som är beställda inkluderar två nätter på skola, frukost och lunch på lördag och söndag samt middag på lördag.

Det kostar 825 kr och betalas in på Swish: 070-6169623, eller Handelsbanken clearing 6274 kontonummer 636858928 Ange Mikasa samt ert barns namn tex Mikasa Elsa Åström. **Betala in detta så snart som möjligt!**

Packlista:

* En enkel frukost när vi anländer till Örebro. Anländer tidigt innan affärer hunnit öppna.
* Fickpengar (till lunch och middag på fredagen och en middag på söndagen (som inte inryms i logipaketet) samt ev. mellanmål. Ledarna/medföljande försöker hjälpa spelarna att handla ”bra” mellanmål i matvarubutik nere i Örebro.
* Luftmadrass/Liggunderlag, kudde och sovsäck. (Ta gärna ett dubbellakan så att det täcker både över och undersida av luftmadrassen alt ett extra lakan att ha under, då låter det och gnekar avsevärt mycket mindre när man rör sig på natten och alla får bättre sömn:))
* Handduk, duschgrejer, tandborste och tandkräm
* Matchtröja, uppvärmningströja, överdragskläder, knäskydd, volleybollskor, vattenflaska, Shorts/tights.
* Ombyten.
* En ryggsäck/mindre väska för dagpackning på plats i Örebro.
* Telefon om man så önskar och då också laddare
* Frivilligt men väldigt bra att ha: Tofflor/Crocs e.d. att ha mellan matcherna och/eller i boendet.

Ordningsregler:

* Telefon är okej att ha med sig och använda, men vid behov kommer vi att be spelarna lägga undan sina telefoner och hoppas alla kan förhålla sig till detta. Viktigt att barnen själva tar ansvar för dessa, men lagledarna och medföljande föräldrar kan hjälpa spelarna med att förvara värdesaker under t.ex. matcher.
* Vi påminner om att det **inte är okej att fota/filma varandra** t.ex. när man sover, byter om eller inte vill. Det är inte heller okej att publicera bilder/filmer på sociala medier mot någons vilja.
* Det kommer att fotograferas en del av arrangören och av oss ledare för att lägga ut på sociala medier. Meddela någon av oss ledare innan vi åker om ni inte vill att er ungdom ska bli fotograferad.
* För att säkerställa bra näringsintag och bra med ork under turneringen har vi valt att begränsa godis, sötsaker och läsk/söta drycker till efter speldagarnas slut.
* I hallar, matsalar och boende gäller **nötförbud**. Tänk på allergikerna, packa inte med nötter. Se till att kläder och övrig packning är fria från djurhår.

Undrar ni över något ytterligare, tveka inte att höra av Er till någon av oss ledare.

Karin Åström 070-2952071

Christoffer Boman 072-2010054

Malin Viklands 070-6745234

Maria Sjöström 076-1417186

Björn Berg 070-3203875