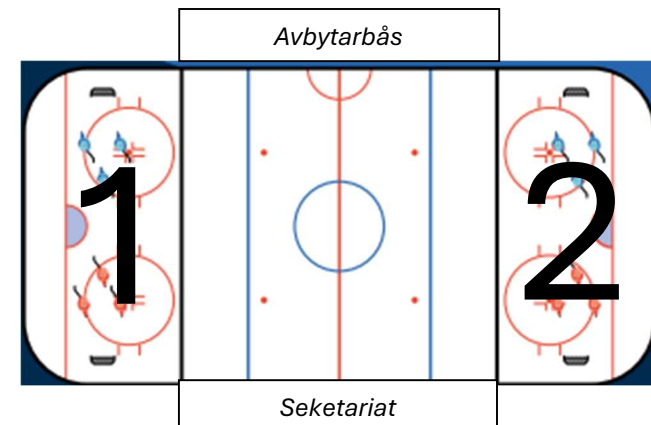




***Varmt välkomna till Almtuna IS och U10F Poolspel söndagen  
den 30 november 2025!***

- Vi spelar i Gränby ishall, A-hallen (Råbyvägen 71, 754 60 Uppsala).
- Vi spelar 6 omgångar eller 12 matcher på 2 planer.
- Speltid 2 x 8 minuter och ca 2-3 minuters paus.
- Vi ber alla spelare och ledare använda båsarna för att ta sig till och från isen.
- Vi har 3 timmar istid (10:15 – 13:15) och ber lagen göra sig redo för matchstart så snart föregående match är slut.
- Kiosken är öppen.

| Lag                      | Tröjfärg                    |
|--------------------------|-----------------------------|
| Almtuna IS               | Röd                         |
| Bålsta HC                | Grön                        |
| Östervåla IF             | Blå                         |
| SK Iron Hockey           | Vit                         |
| Västerås IK Ungdom Gul   | Svart                       |
| Västerås IK Ungdom Svart | Svart (och Vit mot VIK Gul) |



| Tid   | Omg. | Plan 1                   |                          | Plan 2                   |                          | Vilar                                  |
|-------|------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|----------------------------------------|
|       |      | Lag 1                    | Lag 2                    | Lag 1                    | Lag 2                    |                                        |
| 10:20 |      | Uppvärmning (5 min)      |                          |                          |                          |                                        |
| 10:25 | 1    | Almtuna IS               | Bålsta HC                | Västerås IK Ungdom Svart | Östervåla IF             | SK Iron Hockey, Västerås IK Ungdom Gul |
| 10:50 | 2    | Västerås IK Ungdom Svart | Almtuna IS               | Östervåla IF             | Bålsta HC                | SK Iron Hockey, Västerås IK Ungdom Gul |
| 11:15 | 3    | SK Iron Hockey           | Västerås IK Ungdom Svart | Västerås IK Ungdom Gul   | Östervåla IF             | Almtuna IS/Uppsala Young, Bålsta HC    |
| 11:40 |      | Paus - Spolning (15 min) |                          |                          |                          |                                        |
| 11:55 | 4    | Almtuna IS               | SK Iron Hockey           | Bålsta HC                | Västerås IK Ungdom Gul   | Västerås IK Ungdom Svart, Östervåla IF |
| 12:20 | 5    | Almtuna IS               | Västerås IK Ungdom Gul   | Bålsta HC                | SK Iron Hockey           | Östervåla IF, Västerås IK Ungdom Svart |
| 12:45 | 6    | Östervåla IF             | SK Iron Hockey           | Västerås IK Ungdom Gul   | Västerås IK Ungdom Svart | Almtuna IS/Uppsala Young, Bålsta HC    |