

Scandic Cup 25 - 27 augusti

Här kommer ett preliminärt schema för cupen. Vi bor på Scandic Syd vilket gör att vi kommer äta frukost på hotellet, i övrigt så betalar du själv för lunch och middag. Kvällsfika kommer vi att ordna. Vi åker 16:30 i fyra minibussar från Coop Bygg på Anderstorp, äta middag innan vi åker eller ta med något att äta på vägen ner.

Förbered dig genom att äta bra redan under torsdagen och komma i säng i god tid, då laddar du med energi.

Vi påminner om att ta med

- ✓ Båda matchställena, shorts och svarta/vita matchstrumpor
- ✓ Löparskor, då det kan bli en del uppvärmning ute.
- ✓ Överdragskläder som ni kan ta på efter matcherna/mellan matcherna

Fredag 26 augusti

16:30 Avresa från Coop Bygg Anderstorp

18:15 Ankomst Umeå Scandic Syd - Checkar in och byter om (vi duschar på hotellet efter matchen)

18:45 Avresa Umeå Energi Arena Öst

20:00 MATCH 1: Gamla Stan - Umeå Västra IF

22:30 Återhämtningsmål/kvällsfika på Scandic Syd

23:00 Sovdags, släckt och tyst

Lördag 27 augusti

07:30 Gemensam promenad & frukost

08:30 Avresa till Jubileumshallen Teg

10:00 MATCH 2: Sundsvall - Gamla Stan

12:15 Lunch IKEA

Mellanmål

14:30 Avresa till Jubileumshallen Teg

16:00 MATCH 3: Thoréngruppen - Gamla Stan

Återhämtningsmål

19:00 Middag på Droskan (Spagetti, köttfärssås, sallad & loka)

20:30 Lagaktivitet

22:00 Kvällsfika

23:00 Sovdags, släckt och tyst

Söndag 28 augusti

07:30 Gemensam promenad & frukost

xx:xx MATCH 4

xx:xx Lunch IKEA

[Rumsfördelning Scandic Syd]

Rum 1: Elli Svanborg, Ester Eriksson, Cassandra Magbata, Linnea Kågström

Rum 2: Vilma Pantze, Alma Markström, My Flodin, Alma Lidgren

Rum 3: Alice Söderlund, Elsa Huss, Lilly Morén, Thea Holmström

Rum 4: Tilda Helander, Ayla Pettersson, Lilly Pettersson

Rum 5: Kerstin Segerstedt, Märta Fällman, Esther Filipsson, Isa Hedström

Rum 6: Klara Lundgren, Ebba Eriksson, Lisa Holmbom, Lisa Markgren

Rum 7: Ebba Svanborg, Ida Larsson, Holly Marklund Lycksam

Rum 8: Thea Hjelte Holmgren, Hilma Lundholm, Amanda Degerman