



Vänerbollen 2025

Kärre HF Flickor 10

Alltid säga hej till varandra
Alltid peppa varandra
Alltid lyssna på varandra
Alltid vara omtänksamma mot varandra

1. **Vi är hjälpsamma**
 - Vi hjälper till med gemensamma uppgifter som att hålla ordning på våra saker och ta hand om vårt utrymme. Håll ordning på din egen packning.
2. **Vi är tillsammans**
 - Vi är alltid tillsammans som lag när vi deltar i aktiviteter under turneringen, både på och utanför planen.
 - Vi stöttar varandra och hejar på våra lagkamrater under matcherna.
3. **Vi skippa mobiltelefonerna**
 - Vi använder inga mobiler under dagarna. På kvällen får man tillgång till sin mobil för att ringa och säga god natt till föräldrar och/eller syskon. Vi ledare tar hand om telefonerna under dagtid.
4. **Vi lägger oss i tid**
 - Vi kommer gemensamt överens om att vilken tid det ska vara tyst i rummen. Sömn är viktigt för att orka spela handboll och hålla ett gott humör under helgen.
5. **Vi äter**
 - Vi äter alla måltider tillsammans. Kom i tid till alla måltider. Vi tackar personalen för maten.
6. **Vi har KUL!**
 - Vi är där för att ha kul, spela handboll och skapa minnen tillsammans som ett lag. Vi uppträder alltid med ett gott humör och en positiv inställning!

Packlista

- ✓ Ryggsäck (för att ha till och från arenan)
- ✓ Luftmadrass (endast tillåtet med enkelmadrass)
- ✓ Täcke/sovsäck
- ✓ Kudde
- ✓ Lakan
- ✓ Pyjamas (gärna med långa ben och ärm då det kan vara kallt på natten)
- ✓ Necessär (tandborste, tandkräm, ev. mediciner m.m.)
- ✓ Matchkläder
- ✓ Inomhusskor
- ✓ Vattenflaska
- ✓ Tofflor och varma sockar till natten
- ✓ Överdragskläder (för promenad till och från matcher, tänk på att vi går tidigt på morgon och sent på kvällen så det kommer att vara kallt)
- ✓ Utomhusskor/löparskor
- ✓ Handdukar
- ✓ Mjukiskläder till kvällarna

Olof - 0707-866915 | Emelie - 0768-975463 | Therese - 0704-285706
Evelina - 0739-485847 | Sandra - 0735-073196