

Pepes cup 2026 - P14 Samuelsdals IF

Nu är det snart dags och här kommer information inför cupen!



Packlista:

Ett tips är att märka alla sina saker med namn, även madrasser och väskor. Ta inte med saker som är stödbegärliga eftersom vi sover i en skolsal eller liknande

Vad	Kryssa i om det är packat:
Matchtröja om man har. Vi har tröjor till alla	
Shorts (gärna 2 par om du har)	
Svarta matchstrumpor (gärna 2 par om du har)	
Fotbollsskor	
Utomhusskor för uppvärmning/gång	
Vattenflaska (märkt)	
Benskydd	
Regnkläder	
Överdragskläder gärna svarta SIF kläder	
Handduk (1 eller 2)	
Hygienartiklar (duschtvål, kam/borste, deo, tandborste och tandkräm)	
Sovkläder	
Jacka	
Extra byxor och tröja/t-shirt	
Inomhusskor gärna tofflor	
Laddare/powerbank	
Underkläder: kalsonger och strumpor	
Mellanmål: Fukt, energibars, macka (ej för mycket socker innan match)	
Lördagsgodis!	
Kudde	
Täcke/lakan/sovsäck	
Madrass (max 100 cm bred pga begränsat med plats)	
Keps	

Öronproppar eller hörlurar för lugn och ro/tystnad	
Väska till packning	
Mindre väska till match för handduk etc	
Ev. maskot/tursak och fickpengar	

Förhållningsregler:

Följande förhållningsregler är viktiga att alla följer för att alla ska känna sig trygga under en cup, både spelare, ledare och föräldrar.

- Alla i laget håller de gemensamma tiderna för resor, matcher, mat och sovtider. Det är viktigt att alla äter oavsett vad som serveras så att alla orkar både spela och hålla uppe humöret. En macka och sallad samt dricka är det minsta som behöver ätas.
- Salar låses upp och stängs av ledare så tänk efter vad du behöver med dig samt att vid matraster låser ledare upp när de är klara.
- Inga spelare lämnar skolan eller planer utan att meddela ledare samt inte utan ledare/förälder.
- Vi skriker inte inne på boendet då många blir trötta av allt ljud och vi hjälper varandra att orka med hela helgen.
- Om någon blir arg eller irriterad på en medspelare eller ledare så sök upp den ledare du har störst förtroende för och berätta så att vi kan hjälpa till i god tid.
- Om du vaknar på natten och inte vågar gå ut på toaletten så väck någon av oss ledare då.
- Om du vaknar innan väckningstid så försök att vara så tyst som möjligt och väck inte andra. Tänd inte några lampor.
- Håll koll på dina saker i skolsalen och lägg ned det som är ditt i din väska.
- Allt skräp slängs i sopkorgar direkt och vid uppmaning av ledare.
- Inga skor i sovsalarna, enbart inneskor. Skor kan ställas innanför dörren.
- Alla ska ha koll på utrymningsvägarna från sovsalen, detta går igenom på fredagkväll.
- Alla vårdnadshavare meddelar medicinska behov till oss ledare så att vi vet vilka som kan behöva stöttning med att ta sin medicin. Även om det ska ske morgon eller kväll.
- Mobiltelefonen använder vi endast på boendet.

Ett utvilat lag spelar bättre och har roligare tillsammans!

Tidsplanering

På söndagen är det slutspel och tiden är beroende på resultat i slutspelsmatchen kl 09:10. Det blir minst en match till på söndagen. Sista möjliga match på söndagen startar 14:30.

Datum	Tid	Plats	Vad/vem
Fredag			
12/6	12:30	Gruvrisskolans parkering	Alla, samling och se till att alla har någon att åka med samt packning med sig. Alla har matchkläder under.
	12:45	Gruvrisskolans parkering	Avfärd
	14:45	Vanåvallen Vansbro	Samling inför match
	15:30	Vanåvallen plan 1	Matchstart mot Malung
	17:00	Vi får veta vid incheckning vart vi ska bo.	Incheckning på boende
	17:00-20:30	Smedbergsskolans matsal	Middag
	20:30	Vanåvallen	Invigningsceremoni Pepes cup 2026
	22:00	?	Alla ska vara inne i klassrummet och det ska vara lugnt. Alla borstar tänder och går på toaletten.
	22:30	?	Det ska vara tyst på boendet
Lördag			
13/6	07:15		Väckning och Frukost
	08:40	Vanåvallen	Samling inför match
	09:20	Vanåvallen plan 4	Matchstart mot Fagersta 1
	11:00-14:00	Smedbergsskolans matsal	Lunch
	15:20	Vanåvallen	Samling inför match
	16:00	Vanåvallen plan 1	Matchstart mot Nyhammar

	17:00-18:00	Smedbergsskolans matsal	Middag
	18:40	Vanåvallen	Samling inför match
	19:20	Vanåvallen plan 6	Matchstart mot Högbo
	22:00	?	Det ska vara tyst på boendet
Söndag			
14/6	07:30		Väckning och frukost
	08:30	Vanåvallen	Samling inför match
	09:10	Vanåvallen	Slutspelsmatch
	10:30-		Slutspel
	11:00-14:00	Smedbergsskolans Matsal	Lunch
	10:30-		Slutspel
			Efter <i>dusch</i> , avfärd hemåt

Frukost 07:00-09:00. Lunch 11:00-14:00. Middag 17:00-20:30