Hej!

Övernattsningscup, minibussar för spelare och ledare. Pär Bolgakov kommer ta den utrustning som inte får plats i bussarna.

Kostnad: 1300kr per spelare som betalas in till lagkontot.

Märk med barnets namn och N-köping

**TIDSPLANERING Torsdag - Söndag**

**Torsdag 29/7**

13:00 Avfärd på Lugnets IP i Örebro

15:00 Ankomst Hagagymnasiet i Norrköping.

17:20 Ljudvallen 2 AIK - Torstorps IF

18:40 Ljudvallen 2 AIK - Torns IF

19.15 Avresa mot skolan som serverar middag och dusch

**Fredag 30/7**

07:30 Frukost

09:40 PreZone Arena 4 D-plan AIK – Stångebro United BK 1

11:00 PreZone Arena 4 D-plan Oxelösunds IK – AIK

12:30 Lunch

15:40 PreZone Arena 3 C-plan Eneby BK – AIK

17:30 Middag

**Lördag 31/7**

07:15 Frukost

09:00 PreZone Arena 4 D-plan AIK – Nynäshamn IF

11:00 PreZone Arena 2 B-plan AIK – Sleipner A

12:30 Lunch

Eftermiddag-Kväll Match+Middag

**Söndag 1/8**

Slut någon gång mellan 1300-1600, Frukost och Lunch äts på Hagagymnasiet som är vår bas även denna dag

**ATT TÄNKA PÅ FÖRE AVRESAN**

Här kommer ett förslag på packlista och ett antal förhållningsregler vi ledare har satt upp för att cupen ska fungera så bra som möjligt. Vi vill att ni läser igenom förhållningsreglerna med era barn så att de är med på vad som gäller. Vi kommer att upprepa dem när vi kommit fram till cupen också.  
  
**PACKLISTA**  
- Matchtröja, svarta matchshorts och svarta matchstrumpor (finns extra svarta tränings strumpor är det bra att ta med då byte kan behövas om det blir blött och att det kommer spelas många matcher)   
**VIKTIGT Matchtröjan måste vara med för att spela det finns inga reservtröjor att låna!!!**  
- Vattenflaska  
- Fotbollskor  
- Inneskor/Sandaler (bra att ha när vi är på skolan vi bor i, fötterna behöver få vila från skorna en stund)  
- AIK-overallen.  
- Väska/rygga att bära matchkläder, handduk och ombyte i.  
- Ombyteskläder (t-shirt, kalsonger, strumpor mm)  
- Kudde  
- Madrass av något slag att sova - Sovsäck eller lakan/örngott/underlakan  
- Kortlek eller något att läsa när vi slappar på kvällen  
- Handduk och duschtvål  
- Tandborste och tandkräm  
- En påse att lägga smutskläder, för att de inte ska ligga slängda över hela klassrummet  
- Mellanmål att äta innan första match på torsdag. - Pengar till inköp av snacks om man vill

**FÖRHÅLLNINGSREGLER**  
Vi är 13 spelare och 4 ledare. För att vi alla ska ha fyra roliga dagar och att cupdeltagandet ska fungera på ett bra sätt finns det vissa regler alla i laget behöver följa.   
Vi hoppas att barn och vuxna vill följa vår struktur:

**- Vi är ett lag!** Vi tar hand om varandra, är schyssta mot varandra och peppar varandra. Alla får vara med och vi hjälps åt att se till att alla känner sig delaktiga och vi ska ha KUL!  
**- Vi uppträder sportsmannamässigt** före, under och efter match.  
**- Vi passar tider!** Det är många matcher och många hållpunkter i schemat att hålla reda på. Säger vi en tid för samling ska samtliga spelare och ledare vara i tid.  
**- Vi använder ett vårdat språk**. Det finns ingen anledning att säga alla fula ord vi kan i varje mening bara för att pappa/mamma inte är där och lyssnar.  
- **Vi respekterar tiden** som kommer att gälla för användning av telefon. Telefoner kommer att användas för att kommunicera hem mm vid behov det är inte tanken att vi sitter och spelar.  
**- Vi äter maten** som serveras gemensamt och äter inte godis eller dricker läsk under cupen.  
**- Vi respekterar kompisar och ledare** som vill sova när det är läggdags och försöker sova för en bra prestation dagen efter.  
- Vi anstränger oss och**gör vårt bästa** varje match. Det viktiga är inte att vinna utan att vi har kul och gör vårt bästa och ser de här dagarna som en utbildning i att bli bättre på vår idrott och för att stärka laggemenskapen.

**PRAKTISK INFORMATION KRING CUPEN**

### BOENDE Vi bor i följande lokal: Hagagymnasiet

#### Kontaktinfo

**Adress:** Hagagatan 36, Norrköping  
**GPS:** 58.60014, 16.16124

Övrig viktig info gällande boendet

Samtliga sovplatser är på hårdgolv. Sov underlag som t.ex. luftmadrass får ej vara bredare än 90 cm.

**MÅLTIDER**

Maten serveras på Forsenaskolan för samtliga våra 3 lag, följande måltider serveras:

Tider:  
Frukost serveras klockan 07.00-09.00  
Lunch serveras klockan 11.00-14.00  
Middag serveras klockan 17.30-20.00

. **SPELINFORMATION**

Spelform   
  
Planstorlek: 9-manna  
Speltid: 1x30 min

Antal matcher  
7 st i gruppspel sen slutspel lördag em och söndag

Spelscheman

<https://norrkopingfotbollsfest.cups.nu/2021,sv/result/team/29875216/matches>

Mvh

Ledarna i Adolfsbergs IK P07