

# INFORMATION

VARMT VÄLKOMNA TILL BORÅS HOCKEYS SOMMARHOCKEYCAMP.



I år kommer vår camp bedrivas 8-13 Augusti. Vi kommer liksom förra året köra en dagcamp på 3 dagar uppdelat på 2st perioder.

- Samtliga grupper kommer ha tillgång till omklädningsrum som de behåller hela campen
- Vår förhoppning är att de ungdomar som kommer skall få en rolig och minnesvärd camp med en massa ishockey.

Varmt välkomna till årets camp!

# Regler

## **Rent och snyggt**

Hålla rent och snyggt i Borås Ishalls omklädningsrum och lokaler är en förutsättning för en hälsosam och trivsamt miljö. Omklädningsrummet ska städas varje dag.

## **Tider**

Viktigt att vara på rätt plats och i rätt tid för att följa schemat, och inte låta övriga kompisar i gruppen få vänta.

## **Hygien**

Tror att alla de senaste åren lärt sig hur viktigt det är att sköta sin hygien. Tvätta händer och använd handsprit kontinuerligt.

## **Kost och sömn**

Att vara på camp är för många en utmaning och speciellt när dagarna är fyllda med aktiviteter. Att sköta sin kost och sömn blir då en viktig del för att orka hålla energin och humöret uppe.

# FAQ.

## **Vad ska jag packa?**

All ishockeyutrustning. Om möjligt se till att slipa era skridskor till första ispasset. Tejp, extra klubba, vattenflaska, skridskoskydd. Handdukar och duschprylar att använda i omklädningsrummet. Ta gärna med klubba ämnad för skillspass utomhus. Fyskläder för ute och inomhusbruk.

## **Vem pratar jag med om jag behöver hjälp med nått?**

Bara rycka tag i någon ledare så hjälper de dig.

## **Finns det sjukvårdspersonal på plats?**

Ledarna på plats gör en första bedömning om spelaren behöver uppsöka sjukvården eller om det är en lättare skada.

## **Var hittar jag mitt omklädningsrum?**

Vid samling blir du hänvisad till ditt omklädningsrum av ledarna. Man kan även lämna kvar sin utrustning i omklädningsrummet då man behåller dem hela campen.

## **Vad serveras för mat?**

Maten brukar de allra flesta vara väldigt nöjda med. Husmanskost serveras med måltidsdryck eller vatten.

**Scheman och gruppindelningar?**

Gruppindelningar och schema kommer ni hitta under dokument på föreningens hemsida men vi reserverar oss för att ändringar kan komma att göras fram till start på campen.

**Medicinsk utrustning/mediciner?**

Vet man med sig att man har någon skavank eller att skavsåren kommer lätt så tag med plåster etc. Sommarhockeycampen har begränsad medicinsk utrustning. Vad gäller mediciner (ipren, alvedon etc) erbjuder campen inte något utan det får man ta med själv och inta i samråd med förälder.

**Vad händer om jag blir sjuk/skadad innan eller under campen?**

Vid sjukdom eller skada som gör att man ej kan delta så sker återbetalning sker med 800 kr per dag mot uppvisande av läkarintyg. Påbörjad campdag återbetalas ej.

**Publik**

Självklart är föräldrar och anhöriga välkomna att se på träningar från läktaren.

# Ledare

## Period 1

### **Grupp 1 - D-ungdom (Födda 13-14)**

Jonas Dahl

Daniel Parkhagen

Thomas Aaby

Johan Unnersjö

(Junior)

(Junior)

### **Grupp 2 - C-ungdom (Födda 11-12)**

Daniel Claesson

Johan Unnersjö

Nichlas Gustav

Patrik Nilsson

Jonny Tauriainen

(Junior)

(Junior)

### **Övriga ledare**

Katja Palmqvist (Material)

My Karlsson (Mat)

## Period 2

### **Grupp 3 - B-ungdom (Födda 09-10)**

Svenne Ebenhag

Mattias Johansson

(Junior)

(Junior)

### **Grupp 4 - A-ungdom (Födda 07-08)**

Richard Svanberg

(Junior)

(Junior)

### **Övriga ledare**

(Material)

(Mat)