**Hej!**

Vi har fått ett ganska tajt schema i Kalix, vilket medför att vi behöver ha bra koll på när allt ska ske, så att vi är på rätt plats vid rätt tid.

Nedan hittar ni ett preliminärt schema på hur vi bör lägga upp dagarna för att allt förhoppningsvis ska fungera och flyta på. Det är viss tid inräknad för parkering, trafik, samt ev matköer m.m. DESSA ÄR RIKTTIDER, EV JUSTERINGAR SKICKA UT VIA SMS GRUPPEN! (Om ni ser något konstigt eller något tankefel i schemat – hör av er!)

Det kan vara bra att ha med tofflor eller andra skor så att man kan ta av fotbollsskorna och benskydden och lufta lite mellan matcherna. Vi hinner inte tillbaka till skolan mellan varje match och ibland är det bara snabbt och äta och tillbaka igen. Mellis/ energi vid ev pauser är också bra att tänka på för det är längre matcher än tidigare! Även vätskeersättning kan vara bra att ha, speciellt under lördagen.

Vi vill att vi äter hela laget tillsammans, vi inväntar hela laget utanför matsalen, sitter ner tillsammans och äter i lugn och ro, väntar tills alla i bordet ätit klart, vi kommer att behöva mat och energi för att orka spela! Matcherna är 2x 20 min med 3 min paus!

**Fredag:**

15:30 Samling inför match som startar 16.30 på Billerud (ombytt och redo för match). Vi ska dela ut matchtröjor samt titta lite på planer m.m.

16.30 Match -2x20 min samt 3 min paus. ( klar ca 17.15)

17.45 Middag hela laget tillsammans Mannhemsskolan

18.10 Hitta klassrum- inkvartering.

18:40 Avresa till Furuvallen, Överdragskläder på!

18:50 Samling Furuvallen, fix inför paraden!

19.00 Invigning med parad på Furuvallen!

**Lördag:**

07.00 Uppstigning

07:30 Frukost

08.00 Avresa till Billerud

08:20 Samling och uppvärmning

09:00 Match klar ca 09:45

09:50 - vi tar oss tillbaka till skolan för paus och lunch

11.00 Lunch

11:25 Avresa till Billerud

11.45 Samling och uppvärmning

12.20 Match 2x20 min + 3 min paus ( klar ca 13.10) Snabbt plocka ihop och åka till lunch.

13.20 Lunch hela laget tillsammans på Mannhemsskolan

13:50 Avresa till Billerud

14:10 Samling och uppvärmning

14.50 Match 2x20 + 3 (klar ca 15.40)

15.45 Avresa tillbaka till skolan.

16-18.00 Dusch eller bad för dem som vill! Strandängsbadet öppet till kl 17.00

18.00 Middag hela laget tillsammans

19.30- 21.00 Disco för dem som vill på Folkets hus

**Söndag**

08:20 Frukost

09:00 Vi städar och packar ihop våra saker på skolan.

10:50 Lunch – vi hänger på låset!

11.35 Avresa till Furuvallen

11:45 Samling och uppvärmning

12:20 Match OBS FURUVALLEN! 2x20 + 3 klar ca 13.05

13:10 Samling, avslut och sedan hemresa eller bad på Strandängsbadet för dem som vill.