

DALECARLIACUP 28 JUNI – 2 JULI 2023

GUSK FLICKOR 2010



Version 2023-06-25

Nu är det snart dags för Dalecarlia cup och det ska bli kul att åka iväg med tjejerna på detta! Här kommer lite information som kan vara bra för både tjejerna och föräldrarna att ta del av.

Medföljande ledare och kontaktuppgifter

Katrin Björklund, 070-22 888 54

Peter Bjerkesjö, 070-926 73 76

Basse Asplund, 070-778 86 53

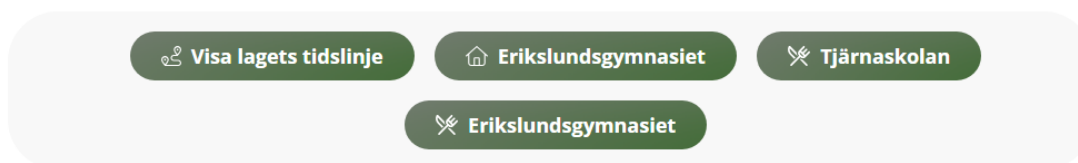
Anna-Karin Roberto, 073-368 03 33

Boende/mat

Laget kommer att bo på Erikslundsgymnasiet där vi också äter de flesta måltiderna. Erikslundsskolan ligger ca 15 min promenad från spelområdet. Övriga måltider äter vi på Tjärnaskolan som ligger ca 2 minuters promenad från Erikslundsgymnasiet.

BOENDE FÖR F13 (F 2010)

Gamla Upsala SK (Flickor 13 (födda 2010)) ska bo på Erikslundsgymnasiet och äta på Tjärnaskolan och Erikslundsgymnasiet .



	Frukost	Lunch	Middag
Ons. 28/06			18:00 - 21:30 Tjärnaskolan
Tors. 29/06	06:00 - 09:00 Erikslundsgymnasiet	11:00 - 14:00 Erikslundsgymnasiet	17:00 - 20:00 Erikslundsgymnasiet
Fre. 30/06	06:00 - 09:00 Erikslundsgymnasiet	11:00 - 14:00 Erikslundsgymnasiet	17:00 - 20:00 Erikslundsgymnasiet
Lör. 01/07	06:00 - 09:00 Erikslundsgymnasiet	11:00 - 14:00 Erikslundsgymnasiet	17:00 - 20:00 Erikslundsgymnasiet
Sön. 02/07	06:00 - 09:00 Erikslundsgymnasiet	11:00 - 14:00 Tjärnaskolan	

Vi bor i skolsal så alla spelare måste alltså själva ha med sig luftmadrass (och pump), täcke/sovsäck, kudde, påslakan, underlakan, örngott. Se vidare under packlista. Notera att luftmadrasserna enligt cupinfon ej får vara mer än 75 cm breda för att alla ska få plats.

Matsedel finns i cupfoldern. Inga har anmält några matallergier på förfrågan. Det är ingen fläsk i maten de serverar på cupen.

Spelplats

På Dalecarlia cup ligger alla spelplaner samlade på ett gemensamt spelfält. Sportfältet ligger ca 15 min promenad från vår skola.

Länk till cupens hemsida

Den som vill läsa mer om cupen hittar en massa mer info på cupens hemsida:

<https://dalecarliacup.se/>

Cupen har också en egen app som ni kan ladda ner i Appstore m.fl. Finns också en bra cupfolder.

Spelschema gruppspel

Vi spelar i flickor 13år, grupp B och har följande motståndare.



Spelschema för gruppspellet:



Beroende på hur det går spelar vi slutspel på lördagen och ev söndagen. Vår utgångspunkt är dock att vi är på plats ända till söndagen även om vi ej skulle spela några matcher då, det finns ju många andra kul lag att kolla på och mycket kul kringaktiviteter.

Vilka som spelar vilka gruppsspelsmatcher kommer separat.

Avresa och transport

Onsdag 28/6

17.15 Samling vid GUSK-lokalen

17.30 Avresa till Borlänge med egna bilar

Ca 20.00 Ankomst och inkvartering

Senast 21.30 kvällsmål (pyttipanna) på närliggande Tjärnaskolan, herefter häng och laddning för morgondagens matcher!

Särskilt schema för hur vi fördelar transporten kommer separat.

Packlista

- Luftmadrass (och pump), täcke/sovsäck, kudde, påslakan, underlakan, örngott. Notera att luftmadrasserna enligt cupinfon ej får vara mer än 75 cm breda för att alla ska få plats. Riktiga madrasser kommer ej få plats i bilarna.
- Fotbollsskor, benskydd.
- Överdragskläder, gula och svarta fotbollsstrumpor, shorts, GUSK-t-shirts (obs. ta med flera par strumpor och t-shirts då vi ska spela många matcher och inte vet hur vädret kommer vara, 2-3 par gula strumpor och minst 1 par svarta).
- Matchtröjorna – både gula och svarta!
- Ryggsäcken (eller annan mindre väska) att kunna frakta sakerna i till/från matcher.
- Vattenflaska
- Hygienartiklar, obs. kom särskilt ihåg hårsnoddar!
- Duschhandduk och badhandduk
- Badkläder
- Badtofflor att använda mellan matcherna
- Vanliga gympaskor
- Vanliga kläder och underkläder, strumpor
- Ev discokläder
- Böcker, tidningar, spel, kortlek mm
- Hörlurar om ni önskar titta/lyssna på något på telefon/ipad
- Laddare till telefon/ipad etc
- Öronproppar om ni är känsliga för ljud när ni ska sova
- Skavsårplåster, plåster, huvudvärkstabletter etc.
- Regnkläder
- Pengar om man vill kunna handla något.

Lite blandat att tänka på:

- Vi ser gärna att tjejerna är med laget på cupen och är med på de saker vi gör gemensamt. Vi är jätteglada att många föräldrar och syskon kommer och kollar, men ”boka inte upp” något med era döttrar som är på egen hand.
- att helst inte ta med dyra värdesaker. Det kommer vara många fler lag än vi i GUSK på vår skola och det blir ofta lite stökigt och rörigt på rummen under lägret och det är lätt att tappa bort prylar eller att de i värsta fall stjäls. Tjejerna bör också försöka att inte lämna värdesaker på rummet.
- att märka alla era kläder etc. Detta gäller särskilt de lagkläder som är identiska!!
- att det är jätteviktigt att komma i tid till våra samlingar. Vi kommer att ha samling och gemensam avgång för de som ska spela respektive match 1h före match.
- att låta fötterna vila och lufta mellan matcherna. Erfarenheten från tidigare läger etc. visar att det absolut vanligaste problemet på läger/cuper är skavsår.
- att det sannolikt kommer finnas möjlighet att handla godis/snacks på skolan/i närheten. Ni föräldrar bestämmer själva hur mycket era barn får handla för i affären. Vi ledare kan ej kontrollera det.