

## *Nu blir det åka av...*

Färgelanda närmar sig med stormsteg. Redan på fredag eftermiddag den 12 augusti har vi vår första match - 16:15 spelar vi mot Högsätters GF.

Vi hade tänkt att vi samlas på Valboskolan i Färgelanda senast kl. 14:00 för att installera oss i vårt klassrum. Valboskolan är den skola som ligger i närheten av matsalen och sekretariatet/cupcentret, för er som var med förra året. Restid till Färgelanda uppskattas till lite drygt 2 timmar. Ät gärna en ordentlig lunch på vägen, eller strax innan ni åker. Försök också ta något mellanmål (ta med matpakke!) när ni kommer fram till Färgelanda, c:a 2 timmar innan match. Några av oss ledare kommer vara på plats en stund innan tjejerna kommer, för att ordna med det praktiska.

Klockan 15:15 skall alla vara ombytta till matchkläder för då traskar vi ner till Höjden-planerna där vi skall spela. Innan uppvärmning och matchgenomgång tänkte vi försöka hitta en lämplig plats för ett snyggt lagfoto. Vi får passa på medan kläderna fortfarande är skinande vita.... ☺ Matchen börjar som sagt 16:15 och alla matcher, utom finalen, är 2 x 15 minuter).

Vi kommer att bo på Valboskolan tillsammans med övriga Hönö IS lag (bl.a. super-duper Double-Zeros). I denna skola finns både sekretariatet, matsalen (där vi äter alla våra måltider) och campingen ligger alldeles i anslutning, eller rättare sagt runt om, skolan. På lördag kväll anordnas också ett disco i Valboskolans gymnasium, för 7-mannalagen är det 18:30-20:30 som gäller. Till fotbollsplanen (Höjden) där vi spelar alla våra matcher är det gångavstånd (c:a 10 minuter). Mer information kan komma innan torsdag så glöm inte att kolla era mejl.

Under turneringen kommer vi ha partytält uppsatta exklusivt för Hönö/Björkö och Double-Zeros. Det använder vi som samlingspunkt och basläger under hela turneringen.

Till denna turnering har vi ju också givetvis ett sprillans nytt matchställ – vi hoppas att det kommer bli mäktigt! Överenskommelsen med Hönö IS, som har betalat matchställen, ser ut som följer. Totalt kostar matchställen (tröja med namn och nummer, byxor med nummer och strumpor) 600:-/styck. Av detta betalar klubben hälften (eftersom Hönö IS sponsorer fått trycka sina loggor på tröjorna) och resterande del, 300:-, står var och en för. **Om ni inte redan hämtat matchställ och betalat in 300:- - gör gärna detta så snart som möjligt och senast denna vecka på Hönö IS PG-konto: 429962-4.** Vill ni så får ni gärna hämta matchställen hemma hos familjen Andborn på Strandvägen 23, annars tar vi med och delar ut dem på plats i Färgelanda.

### *Nedan följer en liten packningslista med saker som bör packas med:*

- Matchställ (om ni redan har det i er ägo + extra sockar och shorts om det blir en blöt tillställning)
- Gräsfotbollsskor + benskydd
- Egen vattenflaska (obligatoriskt och namnad)
- Träningsoverall
- Regnkläder + stövlar

- Sovmadrass, sovsäck, kudde, underlakan
- Hygienartiklar
- Dusch- och badhandduk samt badkläder
- Ombyteskläder (glöm inte att det är disco lördag kväll)
- Underkläder, t-shirts och shorts ....
- Pengar för ett mål mat ev. på vägen ner eller vägen upp
- Lite fickpengar

### *Lite regler som gäller under Färgelanda-vistelsen:*

- Inget godis förrän efter sista matchen på dagen
- Var och en ansvarar för att man följer reglerna och kommer i tid till våra samlingar
- Klockan 22:00 påbörjas nattproceduren och 23:00 skall det vara släckt och tyst
- Viktigt är också att alla försöker äta något vid alla måltider, även om man inte skulle tycka om maten. Vi behöver energin till matcherna. Dessemellan behöver vi också tänka på att dricka mycket vatten om det är varmt.

## Preliminärt program för Färgelanda

### FREDAG:

- |              |   |
|--------------|---|
| 14:00        | Samling Valboskolan för incheckning i vårt klassrum/sovsal. Mellanmål.              |
| 15:15        | Ombytta till matchställ och älgkliv ner till Höjden-planerna                        |
| 15:30        | Lagfoto med nya matchstället på   |
| 15:45        | Uppvärmning och matchgenomgång  |
| <b>16:15</b> | <b>MATCH Hönö/Björkö – Högsäters GF (Höjden 1)</b>                                  |
| 16:55        | Eftersnack och sedan tittar vi på <b>Double-Zeros match mot Tölö IF på Höjden 5</b> |
| <b>17:30</b> | <b>Middag i Valboskolan</b>   |
| 18:30        | Duschning för alla fotbollsspelare därefter fritt – ev. bad om vädret tillåter      |
| 22:00        | Samling i klassrummet för att göra i ordning oss för kvällen                        |
| 23:00        | Tyst och släckt – GOD NATT  |

## LÖRDAG:

- 08:00 Väckning (**för morgonpigga supportere har Double-Zeros match 08:00 på Höjden 4**)
- 08:30 Frukost**
- 09:15 Ombyte till matchkläder
- 09:30 Promenad till fotbollsplanen
- 09:45 Uppvärmning och matchgenomgång
- 10:20 MATCH Hönö/Björkö – Munkedals IF (Höjden 2)**
- 11:00 Eftersnack
- 12:00 Lunch**
- 13:20 Double-Zeros spelar mot Färgelanda IF på Höjden 4**
- 14:30 Samling på Höjdenplan (baslägret)
- 14:40 Uppvärmning och matchgenomgång
- 15:10 MATCH Hönö/Björkö - Utbynäs SK 2 (Höjden 2)**
- 15:50 Eftersnack
- 16:30 Duschning och uppiffning inför discot
- 17:30 Middag**
- 18:30 Cup-discot börjar i Sporthallen
- 20:30 Discot slut – fri hopp och lek (eller när man tröttnat på discot)
- 22:00 Natrutinerna börjar
- 23:00 Tyst och släckt – SOV SÖTT!

## SÖNDAG:

Schemat för denna dag beror på hur vi placerar oss i gruppen, men i stora drag förutsätter vi att det ser ut som för lördagen, med hyfsat sen väckning och frukost, för då har vi gått till A-slutspel... 😊

Går vi till B-slutspel är tidigaste matchstart 08:35, går vi till A-slutspel är tidigaste matchstart 12:20. B-finalen spelas 15:40 och A-finalen spelas 17:00.

Om vädret tillåter så försöker vi fixa in ett pass med bad under denna dag.

**TAGGA NU TJEJER OCH FÖRÄLDRAR! I HELGEN SKALL VI VISA UPP HELA REGISTRET AV "PURE RED & GREEN GIRL POWER"...**