

Checklista samt information inför Färgelanda Cup 2010

Fredag 13/8

12:00 Samling på Heinövallen. Avfärd med färja 12:20.

12:30 Gemensam samling på Lilla Varholmens parkering - Hönö- & Björkötjejer samlas för gemensam avfärd mot Färgelanda. (Matpaus på vägen, OBS ta med lunchpeng)

Ca 15:00 Incheckning i Färgelanda tävlingskansli

16:30 Hönö IS Vit samling, Höjdenplan 4. Match 17:00 IF Kil - Hönö IS Vit.

17:10 Hönö IS Röd samling, Höjdenplan 4. Match 17:35 Hönö IS - Röd IK Rössö

18:40 Middag, *Ost och Tomatgratinerad Falukorv med Potatismos*

19:40 Uppsamling för gemensam samling 19:50 vid Höjdenplanerna för avmarsch till scenen i centrum där invigningsfesten hålls. (Ta gärna med flaggor, maskots för marschen)

22:00 Släckning och tyst på rummet

Lördag 14/8

07:30 Väckning

08:00 Frukost

09:15 Hönö IS Vit samling, Höjdenplan 4. Match 09:45 Hönö IS Vit - Färgelanda IF

11:00 Lunch, *Pytt i Panna med Ägg och Rödbetor*

12:15 Hönö IS Röd samling, Höjdenplan 4. Match 12:45 Gestad/Åsebro - Hönö IS Röd.

13:30 Hönö IS Vit samling, Höjdenplan 4. Match 14:00 Svarteborgs FC - Hönö IS.

16:30 Hönö IS Röd samling, Höjdenplan 4. Match 17:00 Hönö IS Röd - Skövde KIK.

17:50 Middag, *Kycklingfilé med Ananas, Thaisås och Ris*

18:30-20:30 Cup-Disco/Kvällsaktiviteter

22:30 Släckning och tyst på rummet

Söndag 15/8

Dagens schema kommer att anpassas efter lördagens resultat.

08:00 Väckning

08:30 Frukost

11-16:00 Lunch, Köttbullar med Gräddsås, Lingon och kokt Potatis

Checklista – saker att ha med sig till träningslägret

- Fotbollsskor för gräs + benskydd
- Vattenflaska (bollar & västar tar ledarna med)
- Kläder till discot.
- Komplet matchställ samt flera uppsättningar **strumpor** och shorts.
- Björköspelare tar med vita shorts - matchtröja & strumpor tillhandahålls av Hönö IS på plats
- Regnkläder och varma kläder i det fall vädrets makter inte är med oss.
- Toalettartiklar (tandborste, schampo, etc)
- Handdukar & badkläder
- Övernattning sker i klassrum (hårt underlag) så ta med uppblåsbara madrasser, sovsäck & dyl.
- Ta gärna med något trevligt spel, böcker
- Ev. mediciner
- Fickpengar som ska räcka till lunch på fredagen samt för inköp i kiosk
- Tvättlina/klykor kan de som har ta med. Kan vara skönt att torka bad-/matchkläder.
- Brassestol el liknande för supportrarna

Godis & kolsyrade drycker är ej tillåtet under matchdagen. Kexchoklad är OK som mellanmål.

Efter middag bestämmer målsman. Ta gärna med mellanmål för att ha när det behövs. Är det någon spelare som har någon form av allergi behöver vi få reda på detta så snart som möjligt.

Christina Andborn 0707-495040, Thomas Lindhult 0735-963726

Claes Sandros 0739-025407, Johan Torgersson 0739-027447, Richard Andborn 0706-891817