

Höstcupen 2024 Hille IF P14

Uppdaterad info, 2024-09-27

Hej föräldrar!

Nu börjar det närma sig Höstcupen i Sundsvall som spelas i 4-6:e oktober här kommer lite uppdaterad information gällande resa, boendet och spelplaner. Matcherna spelas 11 mot 11, 2x20 minuter.

Boende och spelplaner:

Vi kommer att bo på [Hedbergsskolan](#) (ingång baksida vid löparbanorna) där kommer även våra måltider att serveras.

Alla matcher spelas på [HK Vallen](#) och [Baldershov IP](#)

Vi kommer förmodligen att behöva hjälp med skjuts mellan spelplanerna och boendet.

Vi har valt att ha fasta samlingstider för att hålla ihop laget och ha koll på våra spelare, men om man vill åka iväg på någonting utöver det vi har specificerat så har man eget ansvar att komma i tid till nästa samlingstid. Dock är det senast 21.30 som gäller på skolan.

Avresa från Gävle: Kommer att ske efter lunch på fredagen så att vi hinner upp till första matchen, **samling klockan 18:00 vid Baldershovs IP**, kom ihåg att meddela skolan i god tid så att det är ok att sluta tidigare. **Se även till att äta något innan samlingen**, vi äter gemensam middag på skolan efter matchen.

Packlista:

Madrass: max 90cm bred.

Sängkläder: kudde och täcke/sovsäck.

Ryggsäck: för att bära med saker till/från spelplatsen.

Handuk

Neccesär: (tandborste m.m)

Ombyte: Kläder för tre dagar, sköna skor att byta om till.

Matchkläder: shorts, gul och svart tröja, gula och gärna även svarta strumpor, underställ kan kanske komma att bli aktuellt om det blir en kylig höst.

Jacka/regnjacka: Det är ändå första helgen i oktober och längs norrlandskusten, så det kan vara skönt med något varmt, kanske även mössa och vantar.

Laddare till telefon: ta gärna med en powerbank om ni har.

Godis och snacks

Som vanligt vill vi att spelarna fokuserar på att äta den maten som serveras och inte äter godis och annat istället för mat.

Vi kommer förmodligen inte att kunna ordna mellanmål så det är bra om de har med pengar så att de kan gå och köpa en korb eller liknande om det spelschemat inte tajmar bra med lunch och middagstiderna.

Men vi kommer att köpa in Dextrosol och Corny BIG som vi kan peta i dem vid behov om vi ser att energin börjar bli för låg i samband med matcherna.

Efter middagarna får de äta godis och snacks, i rimliga mängder, innan vi avrundar kvällen. Vi kommer att sikta på att spelarna (och vi ledare) har lagt oss kring klockan 22:30 för att vi ska vara ordentligt utvilade inför matcherna dagen efter.

Alla kommer att få speltid på cupen, de som har hög träningsnärvaro och har presterat bra på träning på slutet kommer att få spela mer.

Har ni frågor utöver den informationen och det som presenteras här, tveka inte att höra av er.

Fredag:

- 18:00 Samling på Balderhovs IP.
- 18:55 Match mot Mariehem SK P10 på Baldershovs IP
- ~20:00 Samling på skolan för inpackning i sovsalen, ombyte och gemensam middag.
- 22:30 Lyset släcks

Lördag:

- 06:45 Väckning, packa ryggsäckarna för match
- 07:00 Frukost
- 08:15 Samling på HK Vallen (Vi behöver hjälp med skjuts dit)
- 08:55~09:45 Match mot Alnö IF P14 på HK vallen 2
- ~10:00 Samling på skolan för återhämtning
- 11:15 Lunch på skolan
- 12:45 Samling på HK Vallen
- 13:30~14:20 Match mot Sidsjö-Böle IF på HK vallen 1
- 14:45 Återsamling på skolan
Vinner vi gruppen är det spelledigt resten av dagen och fritt att gå ner på stan fram till middagen, samling på skolan klockan 17:45. Annars gäller följande scenarion:

4:a i Grupp B

15:00-16:45 Vila och mellanmål på skolan

17:00 Samling på Baldershovs IP

17:55 1/8 final mot 3:an i Grupp A

Vid vinst
19:00 Samling på skolan för ombyte och middag

21:30 Återsamling på skolan

22:30 Läggdags och lyset släcks

Söndag

11:00 1/4 final på HK Vallen

Vid förlust
19:00 Samling på skolan för ombyte, middag och utcheckning

~20:30 Hemfärd

3:a i Grupp B

15:00-17:45 Vila och mellanmål på skolan

18:00 Samling på Baldershovs IP

18:50 1/8 final mot 3:an i Grupp C

Vid vinst
20:00 Samling på skolan för ombyte och middag

20:00

21:30 Återsamling på skolan

~21:30

22:30 Läggdags och lyset släcks

Vid förlust

Samling på skolan för ombyte, middag och utcheckning

Hemfärd

Söndag

10:00 1/4 final på HK Vallen 1

2:a i Grupp B

15:00-16:45 Vila och mellanmål på skolan

17:15 Samling på HK Vallen

18:05 1/8 final mot 4:an i Grupp C

Vid vinst
19:00 Samling på skolan för ombyte och middag

19:00

21:30 Återsamling på skolan

~20:30

22:30 Läggdags och lyset släcks

Vid förlust

Samling på skolan för ombyte, middag och utcheckning

Hemfärd

Söndag

10:00 1/4 final på HK Vallen 2

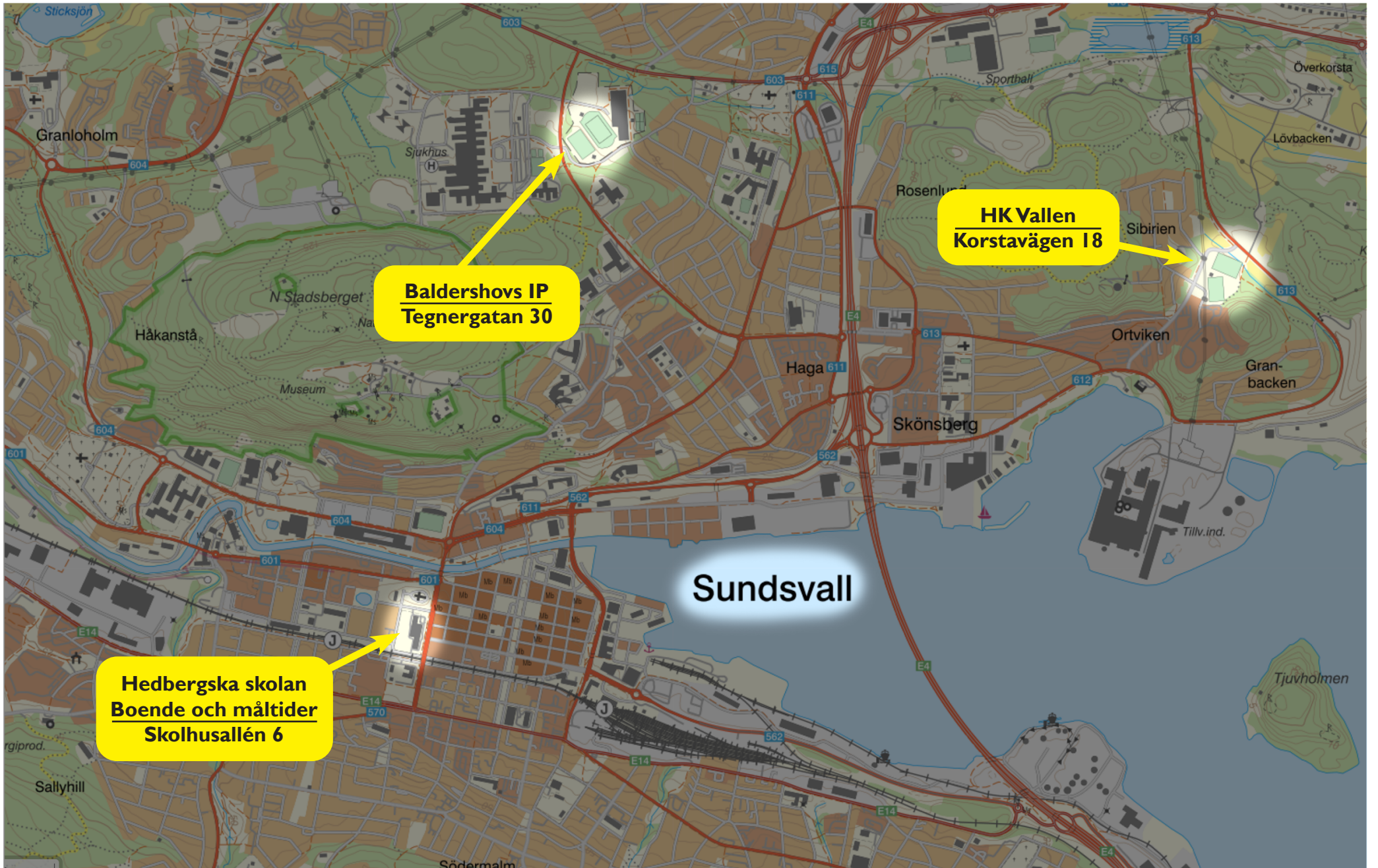
Går vi vidare till semi se: [Spelschema](#)

Transport till Sundsvall

Jonas Garcia	Milo Garcia
Erik Edberg	Robin Edberg, Arvid Sydner
Mikael Dahlström	Måns Dahlström, Leo Nilsson
Pär Nilsen	Truls Nilsen, Abdallah Ismael
Sara Sundqvist	Mattis Sundqvist, Nilas Rangrost, Mio Barrling
Cecilia Evansson	Evans Evansson
Sara Holmström	Vilgot Sundin
Elin Frisk	Alvar och Agust Frisk
Lars Nilsson	Otto Nilsson
Johan Andersson	Isak och Malte Andersson
Linda Rudd	Milo Rudd

Mvh.

Micke, Erik, Jonas och Pär



Baldershovs IP
Tegnergatan 30

Hedbergsskolan
Boende och måltider
Skolhusallén 6

HK Vallens
Korstavägen 18