**Fair Play cup**

**Mål med cupen**

* Vi ska ha roligt
* Skapa en härlig lagkänsla

**Förhållningsregler**

* Mobil är inte tillåten vid gemensamma aktiviteter och omkring matcherna. Då är mobilen på tyst läge och inlämnade till föräldrar eller tränare (vi kommer att ha en väska för inlämning av mobiler som vi tränare ansvara för)
* Vi tar hand om varandra och visar hänsyn till varandra.

Det är viktigt att sköta förberedelse med sömn, dryck och mat. Under en helg med innebandy behöver tjejerna få möjligheten att lyckas på ett bra sätt. Godis och läsk kommer att vara tillåtet att äta efter dagarnas sista matcher.

* Vill vi att tjejerna är tillsammans med sitt lag största tiden av cupen, detta för att skapa lagkänsla. Vi kommer tillsammans att titta på varandras matcher, det kommer att vara obligatoriska.
* Skulle någon vilja titta på en match där syskon eller vän spelar är det viktigt att ni föräldrar meddela någon av oss tränare.

**Information**

* **Alla spelare behöver ha med sig klubba, glasögon, vattenflaska, inneskor. Bra om tjejerna kommer ombyta redan på morgonen, dessa två dagar- vita strumpor och svarta shorts, tröjor kommer delas ut till tjejerna under träningen på onsdag.**
* Speltiden är alltid rullande 2 x 15 minuter + 5 min paus
* Alla tjejer ska vara på plats vid samtliga matcher som F13 Hovslätt IK spelar. Är man själv inte spelande, så är man på plats för att heja på sitt lag
* Vi kommer att gå gemensamt mellan Campus Arena och B-hallen där båda lagen spelar sina matcher. Bra att har med sig en väska/gympapåse som de kan bära sina saker i. Kläder som långbyxor/ tröja och jacka kan var bra att ta med, då vi kommer att gå mellan hallarna.
* Då våra matcher ibland spelas i olika hallar, kommer vi heja på varandra till dess att det lag som spelar nästa match behöver gå till sin hall för förberedelse.
* **Vid bort fall av spelare kan det ske förändringar i lagen fram till första matchstart**

**Mat**

* Vi har inte beställt någon mat utan varje spelare behöver medta egen lunch samt mellanmål för hela dagen. Vi kommer gemensamt äta lunch på idrottshuset (vi kommer att hitta en plats där vi gemensamt kan sitta) strax efter lag svart/2 första match som är slut ca 11:50.
* Mellanmål äter vi tillsammans efter lag svart/2 andra match som slutar 15:50 på Camp Arena
* Där emellan är det även bra, att tjejerna har med sig något litet som de kan stoppa i sig, för att behålla energin under hela dagen. **OBS inget godis eller läsk som vi tidigare skrivit.**

***Lördag 29 mars* Alla spelare i F13 samlas på Campus Arena klockan 9:45**

**Matcher lag rött/1**

1. **Hovslätt IK 1- Hovshaga AIF 1**

* Pats: Campus Arena (högskolan)
* Matchstart: 10.30

1. **Carlshamns IBK – Hovslätt IK 1**

* Plats: B-hall idrottshuset
* Matchstart: 14:15

1. **FBC Lerum U Röd- Hovslätt IK 1**

* Plats: Campus Arena (högskolan)
* Matchstart 17:15

**Matcher lag svart/2**

1. **Hovslätt IK 2- Kustens IF**

* Plats: B-hallen idrottshuset
* Matchstart: 11:15

1. **Hovslätt IK 2 – Hovshaga AIF 2**

* Plats: Camus Arena (högskolan)
* Matchstart: 15:00

1. **Hovslätt IK 2 – FBC Lerum U Svart**

* Plats: Campus Arena
* Tid: 18:00

***Söndag 30 mars* Alla spelare i F13 samlas i idrottshusets entré klockan 8:15**

**Match lag rött/1- Växjö IBK U**

* Plats: B-hallen idrottshuset
* Matchstart: 09:00

**FCB Karlskrona - Match lag svart/ 2**

* Plats: B- hallen idrottshuset
* Matchstart: 10:30

Vi ser fram emot ännu en cup med detta härliga gäng tjejer som utvecklas och visar vilja till att lära sig innebandy!

Har ni några frågor, hör gärna av er!

// Ledarna