



## Fjärås Soccer Camp – Föreningsläger 2023

### Packlista

- Lagets/klubbens överdragskläder. Röd överdel gäller under gruppfotograferingen.
- Luftmadrass/Liggunderlag (enkelmadrasser)
- Sövsäck eller täcke + lakan, kudde
- Pyjamas, inomhusskor/foppatofflor
- Tandborste och tandkräm
- Träningskläder, benskydd och fotbollsskor, gympaskor.
- Hårnoddar
- Vattenflaska
- Handduk + duschgrejer
- Badkläder
- Underkläder
- Ombyte (vanliga kläder)
- Kläder efter väder, t ex keps, regnkläder, mössa och vantar.
- Solskyddsfaktor
- Liten väska att bära badkläder/fotbollsskor, vattenflaskor etc mellan förläggning och träningsanläggning.

[OBS! Lämna smycken och värdesaker hemma.](#)

### Mat och fickpengar

Fickpengar kan ni också lämna hemma men det är tillåtet att ha med sig "lördags-mys/-godis" i rimliga mängder. Vi ledare kommer att bestämma när detta får ätas. OBS! INGA NÖTTER!!!

### Mobiltelefon

Om man vill ha med sig mobiltelefon ansvarar man själv för den. Vi kommer ha regler angående användning – troligtvis skall den vara "avstängd" från frukost tills vi säger något annat. Vid behov tas kontakt via oss tränare.

Carl-Johan 070-895 94 29

Helena 070-217 49 47

Martin 070-341 65 11