

Info blad om Prag Games.

Samling

Tisdag 10 juli kl 08:15 vid sporthallen.
Bussen går 08:30

Flygtider:

2018-07-10 Bromma till Bryssel 12:45 – 15:00
2018-07-10 Bryssel till Prag 16:20 – 17:45
2018-10-15 Prag till Arlanda 11:10 – 13:10

Buss hem till Sporthallen Skinnskatteberg

Busstransfer (till och från flygplatsen) i Prag

2018-07-10 17:45 flygplats till hotell
2018-07-15 08:15 Hotell till flygplats

Hotell

Hotel Beranek
Belehradská 110, Praha 2

Här kommer liten påminnelse för grejer att packa ned (men listan är inte komplett så ni får tänka lite själva också.)

- Matchkläder, dessa ansvarar spelarna för själva, den svarta tröjan delas ut under någon av de återstående träningarna. Innebandyskor, 2st innebandyklubbor, vattenflaska, glasögon!
- Mindre innebandy väska el. ryggsäck att ha till/från match (där allt får plats så att vi inte behöver lämna något i omklädningsrummen)
- Träningsoverall, träningställ och tröjor att ha till/från match, träningströjan stanno och den nya orange tröjan.
- Tofflor/"foppa"skor
- Galgar/klädnypor för att hänga upp blöta kläder
- Badkläder, Handduk, toalettsaker.

Man får ta med 23kg bagage per person + 8kg handbagage
Innebandyklubbarna kommer vi packa ner i 2st specialbagage väskor vid bussen innan avgång från sporthallen.

Övrigt:

Att tänka på under turneringen:

- Inge godis mellan matcherna, helt ok att äta godis när vi spelat klart för dagen.
- Peppa varandra och håll ihop laget både på och utanför planen
- Ät och drick ordentligt. En frukt direkt efter varje match. Frukten fixar klubben.
- Fickpengar, klubben står för lunch de dagar vi spelar cup.

Mat övrig tid och under resorna till och från prag står man själv för.

Vi ska försöka få till en avslutningsmiddag i Prag vid slutet av cupen

Vi ser fram emot en fantastisk cup tillsammans med era grabbar och Er som väljer att följa med som supporters! Forza KAIKEN!

Persson, Nibbe & Parre

PRAGUE GAMES 2018



HEJ INNEBANDYVÄNNER!

Nu börjar det äntligen närma sig avresa till Prag! Här följer lite information som det är bra om ni har koll på innan ni anländer till en av världens vackraste städer.

VIKTIG INFORMATION

Vi har tidigare informerat om att Svenska Innebandyförbundet kräver att samtliga grupper behöver söka sanktion för utlandsspel. Om ni inte redan har gjort det så gör ni detta via [formulär](#) som ni sedan skickar in till Svenska Innebandyförbundet.

OLKA Sportresor administrerar och anmäler er deltagarlista på Prague Games hemsida.

INCHECKNING

GRUPPER SOM ANKOMMER TILL PRAG MED BUSS/BIL | På ankomstdagen (10 juli) tar ni er till köpcentret Galerie Harfa och möts där av personal från OLKA Sportresor som hjälper er med registreringen till cupen. Incheckningen har öppet 10.00 - 21.00. I samband med registreringen får ni all information inför veckan såsom kartor, aktivitetskort, information om måltider etc. [Adress till Galerie Harfa: Českomoravská 2420/15a.](#)

GRUPPER SOM ANKOMMER TILL PRAG MED FLYG | Ni som har en flygplatstranser bokad blir uppmötta på flygplatsen av en engelsktalande representant från Prague Games. Bussen kör er direkt till ert boende och under bussfärden får ni all information ni behöver inför veckan samt hjälp med registrering till cupen.

BOENDE

Samtliga boendalternativ inkluderar sängkläder och handdukar med undantag för en del vandrarhem som kan ha dåligt med handdukar – ta därför gärna med egna. Ni som har valt skolboende behöver ta med er egna sängkläder och madrasser.

Tänk på att sköta er på ert boende, det är viktigt att uppföra sig väl. Tänk på att personal och andra gäster också finns på plats. Det är viktigt att Prague Games kan fortsätta ha avtal med hotell och boenden så att turneringen kan fortsätta framöver. Det är **absolut förbjudet** att spela innebandy och liknande på boendet.

Observera att en del hotell och vandrarhem tar ut en deposition av grupper vid ankomst som säkerhet för skadegörelse (ca EUR 10–30/person). På skolboende är depositionen CZK 2000/per lag. Ni får tillbaka den erlagda depositionen vid utcheckning om ingen skadegörelse har skett.

Samtliga lag måste lämna en komplett namnlista (inkluderad fullständigt namn, födelsedatum och passnummer) vid ankomst till hotellet.

Incheckning sker tidigast kl 14:00 och utcheckning senast kl 10:00. Gruppens bagage kan förvaras i receptionen under tiden mellan utcheckning och hemresa.

För er som har beställt halvpension/helpension: detta serveras endast under cupdagarna.



OLKA TIPSAR

Matchprogrammet för gruppspellet hittar ni på Prague Games [hemsida](#). Tänk på att spelschemat påverkar era mattider - ta kontakt med ert hotell och stäm av tider för frukost samt middagar. Ibland kan det bli tidiga morgnar och sena kvällar och då finns det en risk för att restaurangens öppettider inte matchar med de tider då ni behöver äta. Prata med personalen när ni checkar in och håll dem sedan uppdaterade.

Observera att resebandet för lokaltrafiken börjar gälla efter det att ni har checkat in på turneringen och gäller fram till turneringens slut.

Reseappen MHDapp "Praha - DPP - prazska MHD" visar er den bästa och snabbaste resvägen från punkt A till punkt B med lokaltrafik. Om ni åker kollektivt utanför turneringsdagarna behöver ni köpa biljetter i automat - kom ihåg att ni måste stämpla er biljett när ni kliver på!

Information om staden Prag finns i vår bifogade reseguide.

Det är mycket ficktjuvar i Prag och besökande turister är extra utsatta! Var uppmärksamma och ha uppsikt över era värdesaker på framförallt tunnelbanan och på spårvagnar. Var också observanta när ni befinner er i områden med mycket turister. Prag är i övrigt en lugn och säker stad att vistas i!

Att resa utomlands är spännande och ni kommer att möta mycket som är annorlunda än hemma i Sverige. Räkna därför med några "kulturkrockar". Det kan gälla så skilda ting som ventilation på rummen, mat, osv.

KONTAKTUPPGIFTER

Om någonting är oklart på plats – prata i första hand med hotellpersonalen, kontakta cuparrangören (Excalibur Tours) eller OLKA Sportresor. OLKA Sportresor kommer att finnas på plats med representanter i Prag den 9-15 juli. Behöver ni komma i kontakt med oss under vistelsen ska ni ringa oss på nedan nummer.

OLKA SPORTRESOR

Peter: +46 (0) 760 339 358

Erla: +46 (0) 761 870 989

EXCALIBUR TOURS

INFO: +420 233 374 425

JOUR: +420 739 074 557

AKUT: + 420 777 306 041

TILL SIST

Passa på att njuta av Prag under er vistelse! Det är en fantastisk stad med en helt unik arkitektonisk kuliss och sprängfylld till bredden med kulinariska och kulturella upplevelser.

OBS! Glöm inte passet!

HIGH FIVE!

Lag OLKA Sportresor



RESEGUIDE PRAG, TJECKIEN



WWW.OLKA.SE | INFO@OLKA.SE | 031 - 137 400

ANTAL INVÅNARE 1,3 miljoner **SPRÅK** Tjeckiska **TIDSSKILLNAD** Ingen **VALUTA** Korunas (CZK) **LANDSKOD** +420

Januari (0°C)
Juli (22°C)

Februari (2°C)
Augusti (22°C)

Mars (7°C)
September (17°C)

April (12°C)
Oktober (12°C)

Maj (17°C)
November (5°C)

Juni (20°C)
December (2°C)

| TÄVLA OM PRESENTKORT!

När ni taggar era bilder på Instagram från resan med **#olkasportresor** är ni med och tävlar om presentkort till er nästa sportresa. Ta gärna en titt på vad andra resenärer har lagt upp för bilder från sina resor!

SEVÄRDHETER & UTFLYKTSMÅL

KARLSBRON | Bron som började byggas redan år 1357 är Prags troligtvis mest kända sevärdhet som lockar mängder av turister. För att undvika de flesta av dem så rekommenderar vi er att besöka den under tidig morgon eller sent på kvällen då bron gör sig som vackrast när man faktiskt kan se den.



Karlsbron

STARÉ MESTO | Gamla Stan i Prag bör besökas vid ett tillfälle varje gång man befinner i Prag. Minst. Här finns gott om mysiga restauranger, barer, shopping och underhållning. Om somrarna fylls stan av glasstörstande turister och i december byts glassen ut mot mysiga julmarknader som doftar av glögg och kryddnejlikor.

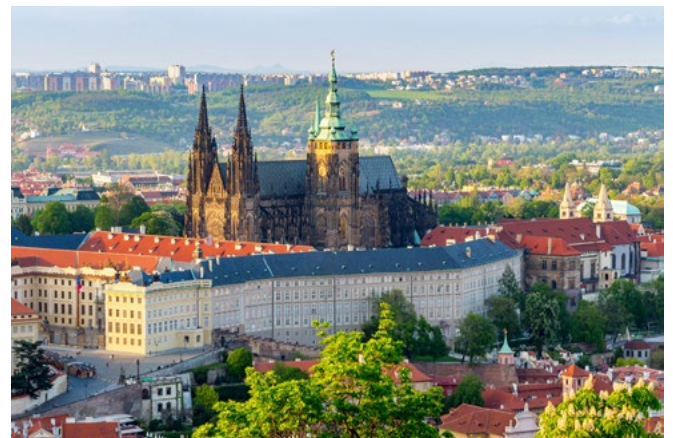


Vacker arkitektur på torget i Staré Mesto/Gamla Stan

PRAŽSKÝ ORLOJ | Det astronomiska uret skapades under 1400-talet och är i dag en av Prags många sevärdheter. Kring uret finns en spännande historia som vittnar om dess komplexitet. Uret hittar ni i Gamla Stan, på Rådhusets södra vägg - en byggnad som är en sevärdhet i sig.

PETRINKULLEN | Prags bästa utsikt finns på Petrinkullen i stadsdelen Lilla Sidan, väster om floden Vltava som rinner genom staden. Hit tar ni er med linbana, kollektivtrafik eller till fots. Vid toppen av kullen finns ett utsiktstorn som liknar Eiffeltornet i en något mer blygsam storlek. Ta de 299 trappstegen upp i tornet, eller avnjut utsikten i någon av de omgivande grönområdena.

PRAGBORGEN | Det här är ett av världens största historiska slott och började byggas för över 1 000 år sen. Slottet är minst lika pampigt idag som då och förjänar ett besök för både invärtes och utvärtes beundran.



Pragborgen

PRAGS ARKITEKTUR | Prag är fyllt till bredden av arkitektoniska konstverk som spänner över flera olika byggnadsstilar. Prags domkyrka, Powder Tower som delar av Gamla och Nya stan, Tančící dům (Dansande Huset), judiska kvarteren, Lennon Wall, klostret Strahov Monastery med sitt pampiga bibliotek och ön Kampa Island är alla värda ett besök.

UTFLYKTER UTANFÖR PRAG | I Kutná Hora en liten bit utanför Prag ligger Bone Church, en kyrka vars dekorationer är uppbyggt av människoben. Det är lika bisarrt som det låter. En utflykt på ett helt annat tema är badlandet Aqua Palace som har både en äventyrsdel och en relaxavdelning med olika bastur.

RESTAURANGER

PIVOVARSKÝ KLUB | Här hittar ni rätter, typiska för det tjeckiska köket, och ett imponerande stort utbud av tjeckisk öl - framför allt på flaska. Restaurangen ligger i en rustik lokal med vackra tegelväggar och modern inredning. **Adress:** *Křižkova 272/17*

T-ANKER | Ta hissen upp till denna ölträdgård och avnjut mat och dryck bland Gamla Stans takåsar. För den som är nyfiken på mikrobryggd öl finns här tio olika kranar som ständigt byts ut. Om ni reser med barn så finns här en lekplats och pysselhörna för de rastlösa. **Adress:** *Náměstí Republiky 656/8*



Ölträdgård och lekplats med utsikt över Gamla Stan på T-Anker

THE TAVERN | Är ni ute efter grym pulled pork eller en riktig god hamburgare och fantastisk öl från något av Tjeckiens mikrobryggerier så är detta det ställe ni kommer att hamna på. Här hittar ni Prags bästa och mest prisvärda burgare. Under helgerna serveras en populär amerikansk brunch. **Adress:** *Chopinova 26*

ETNOSVĚT BISTRO | En av Prags absolut bästa ställen för vegetarisk och vegansk mat hittas i centrala Prag. På menyn finns någonting för alla smaklökar med rätter från både det europeiska och det asiatiska köket. **Adress:** *Legerova 1832/40*

RESTAURANT U MEDVÍDKŮ | Vill ni utforska det tjeckiska köket? Här har ni chansen. I Gamla Stan ligger denna restaurang i ett gammalt bryggeri från 1400-talet och än idag bryggs det öl i restaurangen. På somrarna går det att avnjuta sin måltid på den härliga terrassen. **Adress:** *Na Perštýně 7*

CAFÉ JEN. | Frukost utanför hotellet? Café Jen drivs av ett gäng driftiga kvinnor som har specialiserat sig på frukost, hantverkskaffe, tårter och sötsaker till fikat. Caféeet ligger sydost om Prags stadskärna i Vršovice och är väl värt ett besök under resan. Eller två. **Adress:** *Kodaňská 37*



Frukost på Café Jen.

LUKA-LU | Det här är en restaurang med en inredning utöver det vanliga. Väggar och tak pryds av de mest egensinniga inredningsdetaljer där ögonen landar på nya grejer hela tiden. På menyn hittar ni rätter från det italienska och det bosniska köket till ett bra pris. **Adress:** *Újezd 33*

CRÈME DE LA CRÈME | Somrarna i Prag kan bli varma och alla vet att ingenting går upp mot en glass i värmen. Om ni strosar längs populära Karlova Street behöver ni göra ett stopp för Prags kanske bästa glass. På menyn finns både laktosfria och veganska alternativ. **Adress:** *Husova 231/12*



Prags bästa glass hittar ni på Crème de la Crème

SHOPPING

HAVELSKÉ TRZISTE | I centrala Prag ligger denna utomhusmarknad som har funnits i närmare 1 000 år. Här kan ni hitta allt från roliga souvenirer till färsk frukt och grönsaker. Väl värt att strosa igenom om man har vägarna förbi. **Adress:** *Havelská 13*



Färsk frukt och souvenirer på utomhusmarknaden Havelske Trziste

STEINER & KOVARIK | Är choklad din största akilleshäls? Ge vika för begäret och gör ett besök i den här butiken där ni inte bara kan köpa choklad till er själva eller någon ni känner, men där ni även får möjlighet till provsmaker ur sortimentet. **Adress:** *Nerudova 226/46*

PALLADIUM | I Prags mest kända galleria ryms närmare 200 butiker och otaliga restauranger. Här finns allt under ett (glas)tak i centrala stans största shoppingcenter som breder ut sig över hela fem våningar. Vad ni än letar efter så kommer ni att finna det här. **Adress:** *Nám. Republiky 1*

MARKNADEN I HOLEŠOVICE | I arbetarkvarteren i Holešovice arrangeras Prags största marknad längs floden. Marknaden lockar mycket folk och det blir snabbt trångt, men är väl värd ett besök framför allt för matståndens skull. På grund av trängseln bör ni tänka efter om ni reser med de allra minsta.

TA SIG RUNT

PROMENERA | Prag upptäcks bäst till fots. Stora delar av Prags stadskärna ligger centralt placerad och det är smidigt att promenera. Det ger er också större möjlighet att utforska guldkornen på stadens sidogator utanför de stora turistattraktionerna.

SPÅRVAGN | När ni börjar få trötta ben, men ändå vill kunna se staden medan ni tar er runt så är spårvagn det absolut bästa färdmedlet. Linjenätet finns utsatt på de flesta stadskartorna och vagnarna går regelbundet och med tätare turer under rusningstid.

TUNNELBANA | I Prag finns ett smidigt tunnelbanenät med tre linjer som går med täta avgångar. Tunnelbanan lämpar sig perfekt när ni vill ta er från en sida av centrum till en annan på snabbast möjliga sätt. Om ni vill ta er till Prags förorter eller bortglömda delar är det buss som gäller.

BILJETTER | Biljetter (jízdenky) går att köpa som lösa biljetter eller som periodbiljetter. Din biljett måste stämplas vid påstigning för att vara giltig och går att använda på tunnelbana, spårvagn och buss. Biljetter går att köpa vid biljettautomater (tar endast mynt), i en del tobaks- och tidningskiosker och över disk på vissa tunnelbanestationer. Barn under sex år åker gratis.

SÄKERHET

I Prag är kriminaliteten relativt låg, men det finns några saker ni bör vara medvetna om under er vistelse:

Håll koll på era värdesaker och var uppmärksam på er omgivning. Ficktjuvar rör sig i områden med mycket turister samt kring ställen som Vaclavplatsen och Uhelný try samt på tågstationerna Hlavní nádraží och Nádraží Holešovice.

Taxichaufförerna är inte alltid ärliga. Bestäm ett pris i förväg för att undvika att bli lurade på onödiga pengar.

Undvik att växla pengar på växlingskontor. Ta helst ut pengar från bankomater som finns inne på bankerna.

Om ni skulle behöva ringa efter polis, ambulans eller räddningstjänst kan det vara bra att veta att numret är detsamma som här hemma i Sverige: 112.

HIGH FIVE!

OLKA Sportresor önskar er en trevlig resa och hoppas få följa er på sociala medier under #olkasportresor.