**PACKLISTA AROSCUPEN 2022**

**Matchkläder**  
Matchshorts svarta Nike

Sportbh   
Benskydd (ev tejp)  
Strumpor svarta Nike (gärna fler par om man har)  
Fotbollsskor  
Vattenflaska  
Träningsoverall – nya Adidas

Hårband (om man använder det)

*Målvakter*  
Målvaktshandskar  
Om man har  
Målvaktsbyxor  
Målvaktströja

**Fritidskläder**  
Underkläder  
Strumpor   
T-shirts  
Shorts  
Byxor   
Varmare tröja

Jacka  
Disco kläder vi ska gå på disco på fredagskvällen – så något ni känner er snygga i😊  
  
**Håret**  
Borste  
Hårsnoddar

Hårspännen  
  
**Toalettsaker**  
Tandborste  
Tandkräm  
Tvål  
Schampo

Balsam   
Handduk x 2 (dusch och bad)  
ev deodorant  
  
**För natten**  
Luftmadrass (max 90 cm)

Ev fleecefilt under för mindre gnissel?  
Lakan och täcke  
Kudde  
Gosedjur   
Pyjamas  
Sovmask (vid behov)

Ev öronproppar  
övrig bra för natten sak  
  
**Annat som alla vill ha**  
Badkläder   
Inneskor/tofflor  
Mobilladdare

**Glöm inte**  
Medicin om du behöver för allergi eller liknande   
Ryggsäck/mindre väska för att hålla ordning på kläder och prylar vid matcher. (Det är många spelare på plats och här gäller det att hålla koll på sina saker!)   
  
**Bra att ha**  
Ev galge att torka/vädra kläder på.   
Kortlek, spel, bok eller annan förströelse   
skavsårsplåster   
  
**För utomhuscup**  
Keps  
Solskydd  
Regnkläder   
Extra ombyten vid regnigt väder   
Gympa/fritidsskor   
Underkläder (går också åt flera vid blöt väderlek)   
  
**Saker man i princip aldrig glömmer**  
Mobil