**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