

## Ånäscupen 25 augusti 2019 - Sidsjö-Böle IF F12

Välkomna till vår första cup! Vi kommer att ha en härlig dag tillsammans med glada miner och massor av fin fotboll. Alla våra tjejer spelar fyra matcher under dagen, så förbered er på en lång dag. Matcherna spelas 5 mot 5 spelare med matchtid 2 x 10 minuter.

Våra tjejer är indelade i tre lag: grön, vit och svart. Alla tjejer kommer att få ett hårband/pannband i "sin" färg för att enklare hålla koll på vilket lag hon tillhör. Två tränare ansvarar för varje lag. Föräldrarna ansvarar för sina barn mellan matcherna. Om barnen behöver gå på toaletten under match, så måste föräldrarna hjälpa till.

Mat finns till försäljning på cupområdet. Ta gärna med egen mat och fika. För att hålla fokus under hela dagen så vill vi att ni ser till att era barn äter ordentligt med mat och mellanmål. OBS! Inget godis, glass eller läsk under matchdagen, detta för att hålla en jämn blodsockernivå och undvika onda magar.

Matchtröjor, målvaktströjor och målvaktshandskar kommer att fördelas på plats.

Kom ihåg:

- Fotbollsskor eller bra jympaskor
- Benskydd
- Svarta shorts
- Svarta fotbollsstrumpor
- Vattenflaska (fylld)
- Överdragskläder
- Uppsatt hår
- Inga smycken
- Gå på toa innan matchsamling

Samling sker 45 minuter före första matchen, därefter 30 minuter före matchstart. Samling sker vid den plan där matchen ska spelas, se bifogad karta. Tänk på att det kan vara svårt att hitta parkering vid ankomst!

Omklädningsrum finns, men vi rekommenderar att ni kommer ombytta och färdiga, då det kan vara trångt i omklädningsrummen.

Det är självklart roligt att ha en hejarklack på matcherna. Om möjligt, gå och kika på de andra lagens matcher när ert eget lag inte spelar!

### Tänk på!

- Barnidrott är lek och glädje
- Föräldrar hejar på alla
- Domaren är mänsklig
- Ledare är ideella
- Barn är inte små elitidrottare



## Lag

*Understrukna tjejer har i förväg sagt att de vill stå i mål.*

### Lag GRÖN – Tränare Lina och Angelica

Olivia

Wilma L

Doris

Nora

Selma

Bianca

Eira

Ellie PN

Ellie R

Matcher:

9.30	Alnö IF vit	plan 7	samling 8.45
11.30	Kungsnäs FC	plan 8	samling 11.00
14.00	Sidsjö-Böle IF svart	plan 2	samling 13.30
16.00	Selånger FK	plan 8	samling 15.30

### Lag VIT – Tränare Kjetil och Erik

Helle

Karin

Miranda

Astrid

Hilma

Vera

Mira

Ella

Vilma F

Matcher:

12.00	Alnö IF vit	plan 1	samling 11.15
14.00	Matfors IF	plan 3	samling 13.30
16.00	Heffnersklubbans BK	plan 6	samling 15.30
17.00	Alnö IF röd	plan 7	samling 16.30

## Lag SVART – Tränare Anders B och Anders H

Elsa

Ylva

Bonnie

Emma

Isolde

Jenny

Frida

Elin

Ellen

Matcher:

9.30	Alnö IF röd	plan 4	Samling 8.45
11.30	Selånger FK	plan 7	Samling 11.00
14.00	Sidsjö-Böle IF grön	plan 2	Samling 13.30
17.00	Matfors IF	plan 8	Samling 16.30