

Örebrocupen 5 – 7 april, 2019

Avresa

Samling kl.15.30 vid Vårdcentralen för avfärd och samling vid Idrotts huset i Örebro omkring 17.00.

Viktigt att killarna kommer med mat i magen samt att det skickas med mellis då det inte kommer serveras någon mat innan första matchen

Alla behöver ha koll på vem man skall åka med!

Detta ska planeras och stämmas av innan vi ses på samlingen!

Boenden

Tybblelundskolan, Tybblelundsvägen 3 i Örebro

Mat

	Frukost	Lunch	Middag
Fredag	-	-	18:30 - 21:00 (kvällsmål)
Lördag	06:30 - 09:30	11:00 - 14:30	16:00 - 20:00
Söndag	06:30 - 09:30	11:00 - 14:00	-

Fredag Middag: Köttfärssås, pasta och sallad

Lördag Lunch: Kycklingschnitzel, potatis, sås och sallad
Middag: Chilikycklinggryta, ris och sallad

Söndag Lunch: Köttbullar, pasta och sallad

Örebrocupen 5 – 7 april, 2019

Matcher

Gruppspel

Tid	Spelplan	Hemmalag	Bortalag
Fredag 18:30	Idrottshuset 1	Rasbo IK	Strängnäs IBK
Lördag 11:20	Tybblelundshallen	Strängnäs IBK	IBK Göteborg
Lördag 14:00	Änglandaskolan	Västerås IBS	Strängnäs IBK

A-slutspel

Vilka av dessa matcher som vi skall spela beror på gruppspelet och fortsatta resultat

Tid	Spelplan	Hemmalag	Bortalag
Lör 18:00	1/16 Final · Match nr 06040915	Lillåhallen	2:an i gruppp K
Lör 18:40	1/16 Final · Match nr 06040416	Adolfsbergsskolan	1:an grupp K
Sön	1/8 Final · Match nr		2:an i grupp I
Sön	1/8 Final · Match nr		
Sön	1/4 Final · Match nr		
Sön	1/4 Final · Match nr		
Sön 12:40	1/2 Final · Match nr 07040207	Idrottshuset 2	Segrare i match 07040204
Sön 12:40	1/2 Final · Match nr 07042007	Tybblelundshallen	Segrare i match 07040103
Sön 14:50	Final · Match nr 07042010	Tybblelundshallen	Segrare i match 07042007

B-slutspel

Tid	Spelplan	Hemmalag	Bortalag
Lör 19:20	1/16 Final · Match nr 06041917	Änglandaskolan	3:an i Grupp K
Lör 19:20	1/16 Final · Match nr 06041217	Skogstorp	4:an i Grupp K
Sön	1/8 Final · Match nr		
Sön	1/8 Final · Match nr		
Sön	1/4 Final · Match nr		
Sön	1/4 Final · Match nr		
Sön 13:20	1/2 Final · Match nr 07040108	Idrottshuset 1	Segrare i match 07040404
Sön 13:20	1/2 Final · Match nr 07040208	Idrottshuset 2	Segrare i match 07040905
Fre 12:30	B-final · Match nr 1910	Tegelbruket 1	Segrare i match 07040108

Örebrocupen 5 – 7 april, 2019

Avstånd (från boende)

- Idrottshuset 1 och 2 (Eyragatan 1) 3,5 km (ca 8 min med bil)
- Tybblelundshallen (där vi sover) 0 km (ca 0 min med bil)
- Änglandaskolan (Termikgatan 101) 3,5 km (ca 9 min med bil)
- Lillåhallen (Kyrkvägen 5) 9,3 km (ca 17 min med bil)
- Adolfsbergsskolan (Halltorpsvägen 13) 6,1 km (ca 10 min med bil)
- Skogstorp (Mastgatan 10, Kumla) 22,1 km (ca 21 min med bil)
- Tegelbruket 1 (Lertagsgatan 2) 7 km (ca 14 min med bil)

Utrustningslista

- Innebandyklubba
- Matchkläder (RÖDA och även den SVARTA Unihoctröjan, röda shorts samt röda strumporna (gärna flera par))
- Glasögon
- Inneskor
- Träningsoverall
- Gymnastikskor och kläder för uppvärmning utomhus.
- Vattenflaska
- Handduk + duschtvål
- Hygienartiklar
- Kudde
- Sängkläder/täcke/sovsäck
- Något att sova på tex luftmadrass eller liggunderlag. För att undvika ev knarr så kan ett lakan läggas under luftmadrass)
- Ombyte (strumpor, kalsonger osv)
- Fickpengar (max 200 kronor)
- Hörlurar och mobilladdare (skarvsladd)
- Ev. godis. Kommer säkert finnas kiosk/affär att handla i för den som vill.
- Galge (att hänga upp matchkläderna på mellan matcherna)
- **Mellanmål som killarna kan äta vid behov.**

Örebrocupen 5 – 7 april, 2019

Kontaktlista

Henke	070-3686357
Boris	070-5430138
Cissi	073-9411059
Tomas	073-7267518
Jonathan Wiktorsson (är på plats, dagtid)	070-2178812

Saker att tänka på:

- **VARA SCHYSSTA MOT VARANDRA (I MED OCH I MOTGÅNG)!!!**
- Energidrycker tillåts inte överhuvudtaget.
- Det är av yttersta vikt att vi uppträder på ett bra sätt, mot varandra, mot andra (vuxna, ungdomar, domare, funktionärer osv). Vi skall vara goda representanter för Strängnäs IBK och framförallt för vårt lag, SIBK P05.
- Tänk på språket!
Könsord, kränkande ord och andra avarter är inte accepterat.
- De ordningsregler som vi tidigare jobbat efter gäller givetvis fortfarande.
- **Överträdelser och förseelser leder till föräldrakontakt och ev hemfärd**
- **Kanske det viktigaste punkten!!!**
Vi skall ha vansinnigt roligt och vi skall göra detta till ett livslångt minne...