

Sommarläger 6–7 augusti (lör-sön) F10/11/12 och P11/12

Ledare som kommer att vara på plats under lägret: Isabell, Peter T, Johan, Peter K och Peder

Preliminärt schema

Tid	Aktivitet	Ansvarig
08.45	Samling tjejerna och ombyte klubblokalen till match (herrarna hemmamatch kl.11, så inget omklädningsrum)	Ledare
09.15	Samling killarna och ombyte klubblokalen till match (herrarna hemmamatch kl.11, så inget omklädningsrum)	Ledare
09.30	Förbereda kiosk för försäljning under matcherna	Hultgren och Jormalainen
10.00	Match tjejerna (killarna tittar) – plan och domare bokad	Ledare
11.30	Match killarna (tjejerna tittar) - plan och domare bokad	Ledare
13.00 – 15.00	Dusch och ombyte – Loftet Lunch: Spaghetti och köttfärssås	Hanna Selstig och Therese Örnfjäder planerar och fördelar arbetsuppgifter för måltider (Inköp, förberedelse, servering och disk)
15.00 -	Eftermiddagsaktivitet - femkamp	Peder och Johan
18.00-19.00	Middag: grilla hamburgare	Hanna Selstig och Therese Örnfjäder planerar och fördelar arbetsuppgifter för måltider (Inköp, förberedelse, servering och disk)
19.00-20.30	Kvällsaktiviteter	Ledare och föräldrar på plats
20.30	Ställa i ordning sovplatser	Ledare och Maria Arvin

22.00	God natt!	Ledare och Maria Arvin
07.30	Väckning och plocka ihop sina saker	Ledare och Maria Arvin
08.30	Frukost	Ledare och Tony Eidenbäck
09.15	Ombyte till träning	
10.00-12.00	Träning	Ledare
AVSLUT	Hämta saker och städa Loftet	Städning Loftet: Martina Ditzler och Sophie Jerner

Packlista

- Ombyte för match på lördag och träning söndag
- Duschgrejer
- Vattenflaska
- Liggunderlag och sovsäck/kudde
- Övriga saker till övernattnig
- Mobil (samlas in av ledare)
- Eget snacks/godis/frukt och dryck utöver måltider

Måltider

Hanna Selstig och Therese Örnfjäder planerar inköp och fördelar arbetsuppgifter. Mer information kommer om måltiderna och där kommer ni föräldrar kunna anmäla er till olika uppgifter.

Arbetsuppgifter:

- Inköp av varor till lunch, middag (grillkol) och frukost
- Tillaga köttfärssås hemma och ta med (varje person köttfärssås på ca 1 kg köttfärs)
- Hjälpa till vid tillagning/servering/disk vid varje måltid

Ev allergier och sjukdomar meddela oss ledare senast 3/7.

Tvättning av matchkläder

Behöver hjälp av föräldrar.

- Killarnas kläder?
- Tjejernas kläder?