**Viktig information inför Örebroresan 2016**

**Packlista:**

* Frukost att äta på tåget
* Cirka 500:- i fickpengar (till en lunch och två middagar som inte inryms i logipaketet, samt mellanmål). Ledarna hjälper barnen att handla ”bra” mellanmål i matvarubutik.
* Luftmadrass/Liggunderlag, kudde och Sovsäck
* Handduk, tvål och tandborste
* Matchtröja, Träningskläder, Stöckevolley jacka, knäskydd, innegympaskor, vattenflaska, Shorts/tights/hotpants.
* Ombyten och om man vill Discokläder
* En ryggsäck att använda för dagpackning på plats i Örebro.
* Telefon om man så önskar. (Ej I-pad eller dator!)
* Id-kort!! Viktigt inför flygresan hem.

***OBS!!! Tänk på att Alla barn måste orka bära/dra sin egen packning. Packa gärna i en väska med hjul om ni har.***

Vid ankomst till Örebro får vi hjälp med att transportera väskorna till sovlokalen. Vi kommer att träna under fredagen. Tänk därför på att packa tränigskläder och dyl för detta i ryggsäcken som ni lätt kommer åt och kan ha med Er under fredagen när vi skickat sovgrejor och de stora väskorna till förvaring.

**Reseinformation:**

Avresa från Umeå Centralstation kl: 22.00 den 5/5.

Vi träffas kl: 21.30 inne i Umeå Centralstation.

Framme på Stockholm Central ca 06.31

Medhavd frukost äts på Centralstationen eller på tåget till Örebro.

Byte till tåg som går till Örebro. Tåget avgår kl: 07.25

Ankomst Örebro Södra kl: 09.26

Träning i Idrottshuset kl: 14.00 på fredagen.

 Egen Buss till Arlanda avgår ca kl: 18.00 från Örebro den 8/5. Flyg från Arlanda avgår 22.50. Beräknas landa i Umeå kl 23.50.

**Ordningsregler:**

* Telefon är okej att ha med sig och använda, dock ej dator eller I-pad. Vi som ledare önskar att resan går i umgängets tecken och därför hoppas vi på sparsamt med tid framför telefonskärmarna. Vid behov kommer vi att be spelarna lägga undan sina telefoner och hoppas alla kan förhålla sig till detta. Behöver ni komma i kontakt med ert barn kan ni göra det via respektive lagledare. (Se kommande lagindelning).
* Vi påminner om att det inte är okej att fota/filma varandra t.ex. när man sover eller byter om.
* För att säkerställa bra näringsintag och bra med ork under turneringen har vi valt att begränsa godis, sötsaker och läsk/söta drycker till lördag kväll (disco) och söndag kväll (hemresa).
* Lagledarna kan hjälpa spelarna med att förvara värdesaker under t.ex. matcher.

**Informationslänkar:**

<http://iof3.idrottonline.se/SvenskaVolleybollforbundet/MikasaChallenge/Praktiskinfo/>
<http://iof3.idrottonline.se/SvenskaVolleybollforbundet/MikasaChallenge/Tavlingen/>

## Preliminärt program - kan komma att ändras

**Fredag**
16:00 Incheckningen öppnar
18:30 [Officiell invigning](http://iof3.idrottonline.se/SvenskaVolleybollforbundet/MikasaChallenge/Program/Invigning/)

**Lördag**07:00 Frukost (stänger 9:00)
09:00 Matcherna startar
11:00 Lunch (stänger 14:30)
16:00 Middag (stänger 19:00)
18:00 Spelet avslutat för dagen (cirkatid)
19:00 Ledaraktivitet i Tegelbruket
19:00 Aktivitetskväll i Tegelbruket
ca. 22:30 Slut på aktivitetskvällen

**Söndag**06:00 Frukost (stänger kl 9:00)
08:30 Spelet återupptas
10:00 Utcheckningen avklarad inkl städavsyn
11:00 Lunch (stänger 14:00)
ca 15:00 Finalspel i Idrottshuset
17:00 Sista prisutdelningen