

Hej!

Här kommer lite information om McDonald's Cup i Västerås 14-16/10.

SAMLING

Vi samlas kl 17:30 vid Storstretaskolan på fredagen den 14/10, vi räknar med att åka kl 17:45. Tjejerna ska ha ätit middag innan avfärd, på fredagskvällen serveras endast smörgås till kvällsmat.

Vi åker i två minibussar och tre bilar till Västerås, samt minst en bil som skjutsar packning. Vi saknar en bil som kan stå stand-by i Storstreta och köra packning om vi inte får plats med alla grejer i de bilar som finns. Hör av er så snart som möjligt om ni kan hjälpa till med detta. Eftersom vi antar att alla tjejer vill åka minibuss så fördelar vi platserna genom lottning på plats.

Vi kommer även att behöva hjälp med att få hem packning till Storstreta på söndagen, det löser vi på plats i Västerås.

MATCHER

Det är 12 lag anmälda i vår klass. På lördagen är det gruppspel, 3 matcher per lag. På söndagen spelas slutspels- och placeringsmatcher beroende på hur det går i gruppen, [spelschemat för detta finns på procup](#). Vi kommer spela våra matcher på [Brandthovda IP](#).

Lagindelning och [spelschema](#) för respektive lag:

Storstreta blå – Anders och Micke			
Alva A	Isabella	Mathilda	Olivia
Emma	Julia	Miranda	Thea
Gloria	Lovisa	Norah G-M	Vera
Ida	Maia B	Nora S	
Spelschema – grupp 3 F13-9m			
09:50	Skiljebo Svart	Storstreta Blå	Brandthovda 1
12:35	Gideonsberg	Storstreta Blå	Brandthovda 2
15:20	Storstreta Blå	Eskilstuna United DFF	Brandthovda 2

Storstreta vit – Emma, Henrik och Malin			
Alva S	Greta	Michelle	Sahar
Elin	Klara	Nova	Smilla
Ellen	Lova	Novalie	Tuva
Elna	Maja V		
Spelschema – grupp 2 F13-9m			
08:55	Storstreta Vit	New Mill FC	Brandthovda 2
11:40	Skiljebo Gul	Storstreta Vit	Brandthovda 1
14:25	Västerås BK30	Storstreta Vit	Brandthovda 2

MAT

Vi äter på samma skola (eller en skola i närheten) där vi sover och maten serveras under följande tider:

- Frukost 06-10
- Lunch 11-16
- Middag på lördag är Big Mac & Co på McDonalds.

På lördagen planerar vi att äta lunch mellan match nr 2 och 3 för respektive lag. Det går åt mycket energi att vara på cup, därför kommer vi ha med oss frukt att äta mellan matcherna. För den som vill ha med sig eget mellanmål, tänk på att ta med något som ger bra med energi för att orka spela fotboll. Eventuellt godis äter man när sista matchen för dagen är spelad.

BOENDE

Vi är 14 respektive 15 spelare i varje lag vilket innebär att vi har två klassrum att sova i. Eftersom de två lagen kan ha olika matchtider kommer vi att sova lagvis, men vi har självklart gemensamma aktiviteter så mycket som möjligt. Vi är fyra ledare som sover på skolan med tjejerna. Anders och Micke sover tillsammans med lag blå och Emma och Henrik sover tillsammans med lag vit. Det är inte klart ännu vilken skola vi bor på, vi meddelar detta så snart vi vet.

Om det finns tid över kommer vi ta både lagfoto och individuella foton under lördagseftermiddagen.

MOBILTELEFONER

Vi vet att mobiltelefoner är viktiga för de flesta tjejerna, men de får inte tas med in i omklädningsrummen. Telefonerna lämnas till föräldrar eller någon av oss ledare.

DUSCH

Vi duschar efter sista matchen både på lördag och söndag. Det är begränsat med tid för duschning, vilket innebär att det inte kommer finnas möjlighet att vara helt ensam i duschutrymmet. Viktigt att notera är att inga mobiltelefoner tas med in till omklädnings-/duschrummen!

PACKLISTA

Tänk på att vi är många som ska bo tillsammans så det gäller att försöka minimera packningen.

- Liggunderlag/luftmadrass (pump) - OBS! max 95 cm bred, har man med sig bredare madrass än så får man sova två.
- Sovsäck eller täcke
- Kudde
- Om du har ett extralakan att lägga på golvet under luftmadrassen får du gärna ta med det eftersom det gör att luftmadrassen inte låter lika mycket när man rör sig.

- Ev sovmask och öronproppar
- Handduk
- Hygienartiklar: tvål, schampo, tandborste etc.
- Ombyte till kvällarna
- Matchkläder
 - blå och vit tröja
 - blå shorts
 - blå fotbollsstrumpor
 - benskydd
 - fotbollsskor
 - handskar, mössa/pannband och underställ. Det kan vara kallt i mitten av oktober!
 - vattenflaska
- Gärna den blå träningsoverallsjackan och svarta träningsbyxor om ni har.
- Regn/skaljacka
- Ryggsäck för matchpackning
- Fickpengar

Vi ser fram emot en rolig avslutning på en fantastisk fotbollssäsong.

Ledarna i Stolvreta IK F09