



Skogspojkarnas OK

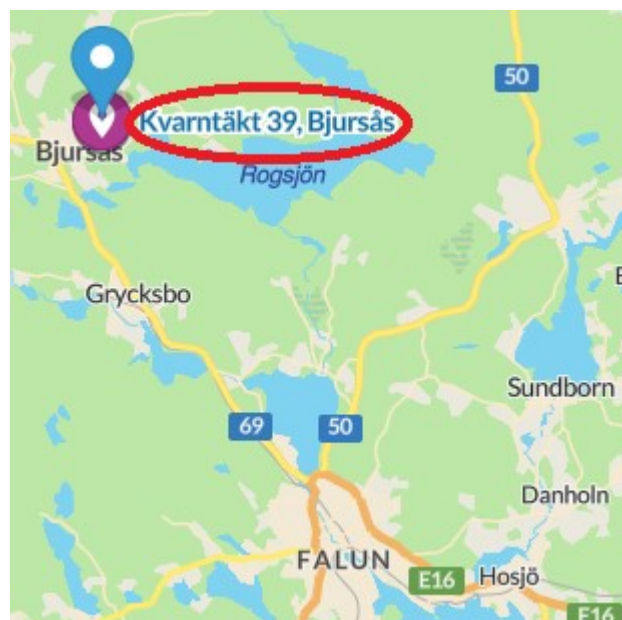
Information inför Daladubbeln 2019

Vi är i dagsläget 28 stycken som kommer åka till Falun nästa helg. 8 SOK-patruller är anmälda till tävlingarna. Jätteroligt!

Vi har samma boende som förra året, Bjursås OKs klubbstuga. Se karta.

Det finns 22 sängplatser, 6 luftmadrasser kommer därför behövas. Jag föreslår därför att följande familjer tar med en luftmadrass var:

- Ettlign
- Algers
- Fahlstedt
- Hultman
- Dingsten/Norberg
- Tunesson



Planering:

Fredag

- De som vill träffas på Ikea i Västerås **kl 18:30** och äter middag gemensamt. Var och en ansvarar för att man är mätt vid läggdags. Kanske behövs därför någon smörgås eller frukt tas med till kvällen.
- Om någon anländer tidigare till stugan så kan ni kontakta mig för att få tag på nyckel.

Lördag

- Gemensam frukost i stugan.
- Avfärd till tävling ca 09:15
- Lunch: Var och en ansvarar för att ta med matsäck eller köpa något i markan
- Middag: Äter vi gemensamt i stugan (köttfärssås och spagetti)
- Kvällsaktivitet i eller utanför stugan – **Hanna och Frida** planerar något kul 😊
- Kvällsfika

Söndag

- Gemensam frukost i stugan.
- Vi hjälps åt att städa stugan.
- Avfärd till tävling ca 08:00
- Lunch: Var och en ansvarar för att ta med matsäck eller köpa något i markan

För att underlätta inköp och tillagning så förslår jag att vi gör liknande förra året, då det fungerade bra.

Inhandla frukost till lördag och söndag - även mjölkproteinfritt alternativ	Algiers
Inhandla: pasta, lättdryck (till middagen), ketchup, saft och kaffe.	Fahlstedt
Köttfärssås för ca 10 personer – utan mjölkprotein! - tillaga hemma, frys ner och ta med	Savani, Ettlign, Tunesson
Vegetarisk pastasås för ca 4 personer – tillaga hemma, frys ner och ta med.	Dingsten/Norberg
Inhandla sallad/grönsaker till middagen Fikabröd utan mjölkprotein till lördagsfikat.	Hellgren
Fikabröd, glass eller liknande till lördagsfikat (behöver inte vara mjölkfritt)	Hultman

Hör av er om ni har frågor eller om det av någon anledning inte känns ok för er!

Tänk på att det kan vara kallt ute, så ta med varma kläder!

Vi ser fram mot en rolig helg i Dalarna!

