



Hej alla föräldrar och spelare!

Nu är det inte så långt kvar till vår resa mot Norrköping, så här kommer lite information kring hela arrangemanget med avseende på:

- Resa – tid o plats
- Matcher
- Boende och Mat
- Övrigt
- Förslag på packlista

## **Tider och datum:**

Vi reser med tåg till Norrköping.

### **TÅGTIDER:**

Resa från Sundsvall till Norrköping **onsdagen den 2 augusti** med avgång kl. **12.32**, ankomst kl. 18.04 med byte i Gävle.

#### **INFO OM AVRESA**

**DAG: ONSDAGEN 2 AUGUSTI**

**TID: SAMLING 12:15**

**PLATS: SUNDSVALLS CENTRALSTATION**

Resa från Norrköping till Sundsvall **söndagen den 6 augusti** med avgång kl. 17.54, ankomst kl. **23.32** med byte i Gävle

Respektive spelare har eget ansvar att meddela sina vårdnadshavare om när hemresan sker.

Totalt är det 18 personer (inkl. ledare) som åker med tåget. Thea och Smilla ansluter på plats.

Som ledare reser Mats, Catrin och Leif (Agneta ansluter eventuellt).

## **Transporter under cupen:**

Alla transporter under själva cupen sker med **lokaltrafiken**, så det är viktigt att alla spelare lyssnar noga på våra tränare så vi inte missar någon transport och därmed kanske missar någon match!!



## Matcher:

Det är 15 lag anmälda i klassen flickor 15 och vi spelar i **grupp B**. Varje match är 2x15 minuter och vi är garanterade att spela **9** matcher.

Matchschema gruppspellet:

**3** AUGUSTI  
TORSDAG

Smedby AIS Svart  
Sundsvalls FF

18:40

Flickor 15 (födda 2008)

Gruppspel - Grupp B

MAXIvallen Wembley - 11-11

Sundsvalls FF  
Huddinge IF

20:00

Flickor 15 (födda 2008)

Gruppspel - Grupp B

MAXIvallen Wembley - 11-11

**4** AUGUSTI  
FREDAG

Romfartuna GIF  
Sundsvalls FF

12:20

Flickor 15 (födda 2008)

Gruppspel - Grupp B

MAXIvallen Slaget - 11-11

Sundsvalls FF  
Lotorps IF

13:40

Flickor 15 (födda 2008)

Gruppspel - Grupp B

MAXIvallen Slaget - 11-11








Spelplats: [MAXIvallen](#)



## **Boende och Mat:**

Vårt lag kommer att bo [Hagagymnasiet](#) och alla måltider kommer att ätas där.

Mattiderna är följande:

	 <b>Frukost</b>	 <b>Lunch</b>	 <b>Middag</b>
 <b>Tors. 03/08</b>			17:30 - 20:00
 <b>Fre. 04/08</b>	07:00 - 09:00	11:00 - 14:00	
 <b>Lör. 05/08</b>	07:00 - 09:00	11:00 - 14:00	17:30 - 20:00
 <b>Sön. 06/08</b>	07:00 - 09:00	11:30 - 14:00	

## **Matsedel:**

### **På frukostbuffén:**

Filmjök, yoghurt, mjök, musli, flingor, mörkt bröd, knäckebröd, äpplemos, sylt, kokt ägg, ost, kassler, kalkon, skinka, gurka, paprika, smör, frukt, kaffe, te och juice.

### **Torsdag middag**

Köttfärssås spaghetti  
Vegetarisk sås (sojafärs) spaghetti

### **Fredag lunch**

Korv stroganoff (nöt) bulgur alt ris  
Falafel kall sås potatis

### **Fredag middag**

Kebabfest på Himmelstalund

### **Lördag lunch**

Pasta carbonara (kyckling) pasta  
Vegetarisk pastasås pasta

### **Lördag middag**

Nötbiff sås potatis sylt  
Vegetarisk schnitzel sås potatis

### **Söndag Lunch**

Oxpytt i panna rödbetor  
Grönsakspytt



**OBS!!** Notera att på onsdagen (resdagen) ingår **INGA** måltider, så alla spelare ska ha **ätit lunch före** tågresan ned (alternativt ha med egen matsäck). Ta även med mellanmål. Middag äter vi när vi kommit fram till Norrköping och kan bli ganska sent.

Under söndagen måste vi äta middag på hemvägen som spelarna också bör ha pengar med sig till.

I övrigt ingår alla måltider enligt ovan. **(Vi tror att vi kommer få måltider på torsdag då vi har anmält att vi anländer redan på onsdag men för säkerhets skull räkna med pengar för brunch på torsdag också.)**

På **fredag kväll** är det invigningsfest och man får middag där. Se mer info här: [Välkomstbroschyr](#)

Räkna med 100-150kr per måltid.

## **Övrigt:**

För dig om vill ha mer information om Norrköpings fotbollsfest finns hemsidan <https://fotbollsfesten.se/>.

//Ledarna



## Packlista för Norrköpings fotbollsfest 3 augusti - 6 augusti 2023

### Utrustning för match:

- Matchtröja (blå och röda)
- Matchshorts (blå och röda)
- Fotbollsskor
- Benskydd
- Fotbollsstrumpor (blå och röda), gärna mer än 1 par så du kan byta om du blir blöt (blöta strumpor=skavsårsrisk)
- Vattenflaska
- Långärmad tröja eller vindjacka och byxa (för att hålla värmen)
- Ryggsäck om du har – annars annan väska att packa i till match

### För övernattning samt tiden mellan matcherna:

- Liggunderlag eller luftmadrass max 90 cm bred (+ eventuell pump)
- Täcke eller sovsäck och kudde
- Kläder för ombyte
- Sovkläder
- Badlakan + handduk
- Badkläder
- Regnkläder + litet **paraply**
- Varm tröja (till exempel hoodie eller fleece)
- Ev. underställströja (kolla väderprognosen!)
- Skor som är sköna att gå i
- Tofflor att ha inomhus på boendet
- Matpengar för onsdag middag, torsdag frukost/lunch samt söndag middag (räkna med 100-150 kronor per måltid)
- Fickpengar för eventuella övriga inköp
- Laddare till mobilen, powerbank, hörlurar till mobilen
- Necessär med hygienartiklar som tandborste, tandkräm, duschkräm och schampo, deo osv.
- Egen medicin – astmaspray, allergitabletter, värktabletter mm.
- En plastpåse att lägga smutsiga kläder i inför hemresan

### Extra tips:

- hörselproppar (för den som vill ha tyst när man sover)
- ögonmask (för den som vill ha mörkt när man sover)
- ev. skarvsladd för att nå fram till ett uttag
- Solkräm
- Myggmedel
- Vätskeersättning
- Skavsårsplåster
- Klädhängare (suveränt för att hänga upp blöta kläder på)
- Klädnypor (suveränt för att hänga upp blöta sockar)