

Nu är det Cupdax!
Nordahl Cup 13-15 oktober
2017

Go Triangeln!



Laget o dess deltagare

Alva Cederlöf	Nr. 12
Amelia Lindeberg	Nr. 2
Angelina Jonsson	Nr. 8
Dania Aldarraji	Nr. 3
Ella Jacobson	Nr. 5
Ida Arvefjäll	Nr. 7
Isabella Björkström	Nr. 6
Isabella Thomsen	Nr. 6
Jeanette Daowd	Nr. 32
Julia Pahlbäck	Nr. 37
Låva Simu	Nr. 38
Mimi Pihl	Nr.30
Moa Selling	Nr. 10
Molly Nilsson Cebula	Nr. 4
Rebecca Wisén	Nr. 9
Tyra Uhlin	Nr. 11

Ledare:

Andreas Pihl 0705-56 68 33

Thomas Björkström 0761-46 67 55

Åke Wisen 0702-12 42 33

Logi:

Vi bor på Rudbecks Gymnasiet

Kungsgatan 31, 702 24 Örebro

Spelplatser:

Rosta Gärde - Grindgatan 1, 70345 Örebro

Universitetet – Fakultetsgatan 1, 70281 Örebro

Mat

Vi kommer att äta våra måltider på RudbecksGymnasiet där vi är inkvarterade.

Frukost: 06.30 – 09.00

Lunch: 10.30 – 14.00

Middag: 17.00 – 20.00

Ankomst/avresa:

Vi får inte komma före 19.00 på fredagen 13/10 och vi måste ha checkat ut senast 14.30 på söndag den 15/10

Vi samlas vid Triangelborg 18:00 på fredag kväll för att gemensamt åka till Örebro och vår inkvartering. Avresa senast 18.30!!!

Fredag 14 oktober Nordahl Cup

Tidpunkt	Ansvariga	Aktivitet	Plats
18.00	Alla	Samling för avresa Örebro	Triangelborg
18.30	Alla	Avfärd Örebro senast 18.30	Triangelborg
19.30	Laget	Inkvartering Rudbecks Gymnasie	Rudbecks Gymnasie
20.30	Ledare	Kvällsmål	Rudbecks Gymnasie
22.30	Laget	Go Natt!	Rudbecks Gymnasie
23.00	laget	Tyst som fan!	Rudbecks Gymnasie

Telefontid mellan 20.30 - 21.00

Lördag 14 oktober Nordahl Cup

Tidpunkt	Ansvariga	Aktivitet	Plats
06.00	Ledare	Väckning, påklädning av matchkläder o overaller	Rudbecks Gymnasie
06.30	Laget	Frukost	Rudbecks Gymnasie
07.15	Föräldrar	Transport till Matchplaner	Rudbecks Gymnasie
08.00	Laget	Match mot Rynninge vi är Bortalag	Rosta Gärde 4
09.30	Laget	Match mot Örebro SK vi är Bortalag	Rosta Gärde 1
10.15	Föräldrar	Transport till Rudbecks Gymnasie	Rosta Gärde 1
11.00	Laget	Lunch	Rudbecks Gymnasie
12.20	Föräldrar	Transport till Match Universitetet	Rudbecks Gymnasie
13.15	Laget	Match mot KIF Örebro DFF vi är Bortalag	Universitetet 3
13.50	Laget	DUSCH ombyte	Universitetet 3
14.15	Laget	Prommis till Rudbecks Gymnasie	Universitetet 3
15.00	Laget	Ta hand om utrustning	Rudbecks Gymnasie
15.15	Laget	Mellanmål	Rudbecks Gymnasie
15.45 ----	Laget	-----	????????
18.00	Laget	Middag på Rudbecks Gymnasie	Rudbecks Gymnasie
18.30 ---	-----	-----	????????
20.30	Ledare	Kvällsmål/snacks /mys	Rudbecks Gymnasie
21.00 ----	-----	-----	Rudbecks Gymnasie
22.30	Ledare	GoNatt!	Rudbecks Gymnasie
23.00	Ledare	Tyst som fan!	Rudbecks Gymnasie

Telefontid mellan 20.30 - 21.00

Söndag 15 oktober Nordahl Cup

Tidpunkt	Ansvariga	Aktivitet	Plats
07.00	Ledare	Väckning, påklädning av matchkläder o overaller	Rudbecks Gymnasie
07.15	Laget	Packning av våra grejer	Rudbecks Gymnasie
08.00	Laget	Frukost	Rudbecks Gymnasie
08.45	Laget	MorgonPrommis till Match	Rudbecks Gymnasie
10.15	Laget	Match mot Rynninge IK vi är Bortalag	Universitetet 3
11.00	Föräldrar	Transport till Rudbecks Gymnasie	Universitetet 3
11.30	Laget	Lunch Rudbecks Gymnasie/föräldrar packar	Rudbecks Gymnasie
12.20	Föräldrar	Transport till Rosta Gärde	Rudbecks Gymnasie
13.15	Laget	Match mot Adolfsbergs IK vi är Hemmalag	Rosta Gärde 1
13.50	Laget	Dusch	Rosta Gärde 1
14.10	Föräldrar	Transport till Rudbecks Gymnasie	Rosta Gärde 1
14.30	Föräldrar	Laget måste checka ut	Rudbecks Gymnasie

Spelschema:

Matchnr	Tid	Klass	Lag		Spelplats	
361	2017-10-14 08:00	F06 - A	Rynninge IK	-	Triangelns IK F06	Rosta Gärde 4
349	2017-10-14 09:30	F06 - A	Örebro SK	-	Triangelns IK F06	Rosta Gärde 1
371	2017-10-14 13:15	F06 - A	KIF Örebro DFF	-	Triangelns IK F06	Universitetet 3
357	2017-10-15 10:15	F06 - A	Rynninge IK Blå	-	Triangelns IK F06	Universitetet 3
363	2017-10-15 13:15	F06 - A	Triangelns IK F06	-	Adolfsbergs IK	Rosta Gärde 1

SPELPLATSER

Ekängs IP - Landbotorpsallén 58, 70226 Örebro

Grönpepparparken - Karlsdalsallén 30, 70239 Örebro

Lugnets IP - Hagalundsvägen 11, 70230 Örebro

Pettersbergs IP - Ringstorpsvägen 18, 70369 Örebro

Rosta Gärde - Grindgatan 1, 70345 Örebro

Universitetet – Fakultetsgatan 1, 70281 Örebro

Sörbyvallen- Sörbyängsvägen, 70218 Örebro

Packlista Nordahl cup 2017

Till match behöver du: (under veckan innan cupen ska alla spelare ha fått hem sina matchkläder förutom 1 par extra svarta fotbollsstrumpor som ni måste ordna själva)

- ✓ Träningsoverall Triangeln svart
- ✓ matchtröja 1 st grön och 1 st svart
- ✓ Matchshorts svarta
- ✓ Benskydd
- ✓ Matchstrumpor Svarta Adidas + minst 1 par extra Svarta Fotbollsstrumpor (era egna).
- ✓ fotbollsskor
- ✓ ryggsäck (för att packa i mellan sovsalen och fotbollsplaner) Platspåse till ryggsäcken ifall det regnar.
- ✓ Gympadojor eller liknande att vila fötterna i mellan match.
- ✓ Underställ. Gärna 2 uppsättningar
- ✓ Tunna fingervantar/handskar
- ✓ Tunn mössa

I necessären behöver du:

- ✓ tvål
- ✓ schampo
- ✓ balsam
- ✓ tandborste
- ✓ tandkräm
- ✓ borste
- ✓ hårsnoddar, hårspännen
- ✓ liten handduk
- ✓ inget smink 😊

När du ska sova behöver du:

- ✓ luftmadrass, pump
- ✓ kudde
- ✓ Extralakan till under luftmadrassen madrassen (för att om möjligt undvika punktering)
- ✓ Lakan och täcke eller sovsäck
- ✓ nattlinne eller pyjamas

För övrigt behöver du:

- ✓ Underkläder
- ✓ strumpor
- ✓ mjukiskläder
- ✓ ombyteskläder
- ✓ tofflor eller liknande att ha på sig inne i sovsalarna
- ✓ 2 handdukar
- ✓ Regnjacka
- ✓ Varm jacka
- ✓ Bra skor ifall det är dåligt väder
- ✓ 2 galgar att hänga blöta fuktiga kläder på
- ✓ Fickpengar 100 kr till ev fredags / lördagsmys

Kom ihåg att:

- ✓ Det är bra om så mycket som möjligt (förutom madrass, kudde, täcke) får rum i EN väska.
- ✓ Under cuper äter vi sunt, alltså ingen medhavd egen godis, ingen läsk förutom det gemensamma myset på lördag kväll. Ni föräldrar får gärna ha nyttigt mellis redo till era barn mellan matcher. Fukt, extra macka.
- ✓ Som vanligt kom ihåg att ladda energi dagarna före, bra mat och mycket dryck. Vi kommer att ha mobilförbud förutom en halvtimme mellan kl 20.30 och 21.00. Passa då på att ringa era tjejer 😊.

Tror att det var allt! /Ledarna

Vi behöver ha hjälp med följande:

Fredag

- 1) Skjuts av alla barn o ledare på fredag kväll. Det är 16 spelare och 3 ledare. Uppackning och hjälp med luftmadrasser o dyl.

Lördag

- 2) Vi behöver ha bilar för transport av 14 spelare lördag morgon kl 07.15 från Rudbecks Gymnasie till Rosta Gärde.
- 3) Vi behöver ha bilar för transport av 14 spelare lördag kl 10.15 från Rosta Gärde till Rudbecks Gymnasie för lunch.
- 4) Vi behöver ha bilar för transport av 14 spelare lördag kl 12.20 från Rudbecks Gymnasie till Universitet.

Söndag

- 5) Vi behöver ha bilar för transport av 14 spelare söndag kl 11.00 från Universitet till Rudbecks Gymnasie för lunch.
- 6) Vi behöver ha bilar för transport av 14 spelare söndag kl 12.20 från Rudbecks Gymnasie till Rosta Gärde.
- 7) Vi behöver ha bilar för transport av 14 spelare söndag kl 14.10 från Rosta Gärde till Rudbecks Gymnasie för utcheckning.
- 8) Alternativet till sista punkten 7) där vi checkar ut efter sista matchen är att vi plockar in allt i bilarna när vi är o äter lunch sen åker vi hem direkt efter sista matchen o dusch.

Sen till sist; vi har en hel del tid över, drygt 3 timmar innan middag lördag och några timmar efter den där vi inte har ngt inplanerat för tjejerna. Finns det ngn god idé så tas den gärna emot. Jag har tänkt lite på att gå på en bio med gänget på lördagen men kanske blir vi bara kvar o umgås..