

Arvika cup (14–16/6)

Samling fredag 06.00 på Björnevi för avfärd. Vi behöver hjälp med skjuts till cupen på morgonen. När vi är där löser vi/tränarna eventuell färdväg till Vik.

Där vi ska övernatta är utrymmet per deltagare anpassat till **90cm** (viktigt att tänka på madrassstorleken).

I deltagaravgiften ingår mat hela helgen. Vi äter och bor på Minnebergsskolan.

Hemfärd någon gång på söndagen beroende på hur det går i cupen. Vi behöver hjälp med skjuts från cupen.

Tips på saker att ta med

- Madrass, täcke, kudde, sängkläder
- Hygienartiklar, handduk, schampo, tvål, deo
- Ombyte (tänk på lämpliga kläder mellan matcher också)
- Kläder för regnigt väder, jacka
- Solkräm för varmt väder
- Sandaler eller andra sköna skor att ha mellan matcherna
- Laddare till mobil
- Mellanmål (vi äter inte söta saker mellan matcher, men efter sista matchen den dagen är det okej, inga nötter!)
- Vattenflaska, fotbollskor, benskydd och matchställ