



# UNBYNS IF F01-04 GOES TO BARCELONA

2016-09-10 - 2016-09-14

# Lördag 10 September 2016

- + Avresa Unbyn mot Kallax, check in klockan 06.00. 07.25 Flight DY4032 mot Arlanda
- + 12.35 Efter lilla stoppet på Arlanda, så landar vi i ett somrigt Barcelona klockan.
- + 16.00 Janne från Göteborg står väntar på flygplatsen med buss. Vi åker ner till vårt hotell i Salou, för check in. Och sen blir det beachfotboll och en massa bad på den kilometerlånga stranden.
- + 20.00 Middag på hotellet
- + 21.00 En liten kvällspromenad att lära känna byn

# Söndag 11 September 2016

- + 08.00 Lätt löpning runt i byn
- + 09.30 Frukost
- + 10.30 Vi åker till till en av Europas bästa vattenparker, Costa Carribe!!!!
- + 13.30 Kommer Janne förbi med era picknick korgar ute på parkeringen så att ni får ny energi att åka ytterligare 500 gånger!!!
- + 17.00 Åker vi tillbaka till hotellet för ombyte till träning
- + 18.00-19.30 Fotbollsträning #1 Salou
- + 20.00 Middag på hotellet
- + Fri kväll i Salou

# Måndag 12 september 2016

- + 07.30 Lätt löpning runt i byn
- + 08.30 Frukost
- + 10.00-17.00 Port Aventura, Europas bästa nöjespark, 7 loopingar väntar och mycket mer!!!
- + 17.00 Åker vi tillbaka till hotellet för ombyte till träning
- + 18-19.30 Fotbolls träning #2 i Salou
- + 20.00 Middag
- + Gemensamma aktiviteter



# Tisdag 13 september

- + 07.00 Frukost på hotellet
- + 08.30: Avresa till Barcelona
- + 10.00 Incheckning Vandrarhem i Barcelona
- + 11.00 Sightseeing av Barcelona
- + Lunch på stan
- + (Egen tid)
- + 16.00-20.00 Mini Turnering
- + 20.30 Avslutningsmiddag

# Onsdag 14 september 2016

- + 09.00 Frukost
- + 10.00 Utcheckning från vandrarhemmet
- + 11.00 Stadiumtour av Camp Nou
- + 12.45 Incheckning på Norwegian desk på Barcelona flygplats
- + 14.45-18.00 Flight D85552 till Arlanda
- + 19.35-20.55 Landar på Kallax!!!!
- + Home Sweet Home!!!!!!

# Packlista

1 Handbagage 55x40x23 cm **max 10 kilo**  
+ 1 mindre ryggsäck

Bagage:

Bagage checkas ej in så vätskor är begränsat till **MAX 100 ml** per förpackning

- + Pass
- + Fickpengar (Euro)
- + Träningskläder – Unbyns IF : Hela stället med Overall, t-shirt, shorts & strumpor  
OBS : VI TRÄNAR ALLA I SAMMA UIF KLÄDER!
- + Fotbolls utrustning ( Skor, Benskydd)
- + Löparskor
- + Ombyten för dagarna (4 dagar 20-30 grader varmt )
- + Badkläder
- + Toalettartiklar
- + Sällskapsspel (ngn mindre resevariant)

# Packlista – Laget

- + Matchställ
- + Västar (Gul, Grön, Röd)
- + Sjukvårdsväska (Tape, Bindor, Plåster, Kylpåsar..)
- + Bollar
- + Konor ( platta)
- + Matchplatta (whiteboard)

# Rumsindelning - Salou

- + Rum 1: Alma, Moa, Tilde
- + Rum 2: Linn, Maja, Olivia
- + Rum 3: Mathilda, Elsa, Elin P
- + Rum 4: Klara, Elin S, Ida
- + Rum 5: Ella, Wilma
- + Rum 6: Anna-Maria, Camilla J (Maja)
- + Rum 7: Camilla J (Ida), Veronika
- + Rum 8: Pär, Peter
- + Rum 9: Hans-erik, Daniel

# Lagindelning

- + Målvakt (1 st)
  - + Olivia
- + Forwards – Gul (4st)
  - + Ida, Elin P, Alma, Mathilda
- + Mittfält – Röd (4st)
  - + Linn, Wilma, Tilde, Maja,
- + Backlinje – Grön (5 st)
  - + Klara, Moa, Ella, Elsa, Elin S

# VI -

- + åker som ett lag,
- + uppträder som ett lag
- + klär oss som ett lag
- + agerar som ett lag.
- + åker inte på en mobilresa utan en resa för att vara tillsammans
- + lämnar ingen ensam på stan, i någon park eller på bad, etc ...
- + går inte iväg, tex ut på stan, utan att ha meddelat ledarna



# VI -

respekterar alltid:

- + VARANDRA
- + TIDER som vi har bestämt under resan !
- + REGLER
  - + REGLER SOM LAGET ENAS OM

Glömmer aldrig: vårt fantastiska glada humör, vår empati och vår otroliga ödmjukhet 😊

# Viktigt:

FICKTJUVAR: I Barcelona med omnejd förekommer stölder och ficktjuveri så därför måste värdesaker så som pass, pengar, plånböcker mobiler etc måste hållas gömda tätt in mot kroppen alternativt lämnas säkert på hotellet !! Rekommendation är att ta med ett "pengabälte/påse" som kan gömmas under tröjan.

- + Vi bär inte saker som tex mobiler, pass eller plånböcker i händerna när vi går på stan

# Smått och gott:

- + Ta gärna bilder som vi kan samla ihop efter resan och göra något roligt med .. =)