

Packlista till Storvretacup

Väska (ryggsäck) för ombyte till och från matcherna

Målvaktsutrustning

Innebandyskor

Både den röda matchtröjan samt den svarta träningströjan (med nummer)

Unihoc strumpor

Unihoc shorts

Innebandyglasögon

Innebandyklubba/klubbor

Vattenflaska

Träningsoverall

Galgar att torka kläder på

Egna ombyteskläder (t ex. byxor, tröja, strumpor, underkläder)

Mössa och vantar

Varmare jacka (vi går ev till matcher från boendet)

Handduk

Tvål/ schampo

Ev. Medicin och instruktioner om den

Tandborste och tandkräm

Ev. hårband/ snoddar

Sängkläder, täcke, kudde och luftmadrass (ej dubbelmadrass)

Extra lakan att ha under luftmadrass

Pyjamas

Fickpengar 200 kr (till lunch på tisdag samt ev godis till hemresan)

Kortlek eller eventuellt annat roligt sällskapsspel

Lämna smycken hemma!

Mobilnummer ledarna

Rickard Kempendahl 073/369 10 69

Per Danielsson 073/445 37 04

Louise Helgosson 070/306 30 65

Cup info

Spelschema P09L		Grupp 9	
Tisdag 2/1	kl 15:00	IFU Arena B	Gimonäs Umeå IF – KAIS Mora
Tisdag 2/1	kl 18:35	Fyrishov hall A	LI20 P09 – KAIS Mora
Onsdag 3/1	kl 08:45	Fyrishov hall F	KAIS Mora – Åkersberga IBF orange

Under onsdag eftermiddag samt under torsdag spelas finaler.

Kostnad för deltagare som åker egen bil: 150 kr och för dom som ska åka minibuss: 300 kr. Detta swishas till Louise Helgesson 070/306 30 65, senast torsdag den 28/12.

Samling på Willys i Noret kl 7.45 för avfärd kl 8.00. Vi har hyrt minibussar som Rickard och Maths Ydron (Mannes pappa) ansvarar för. Då bussarna är fulla så behöver de föräldrar som skjutsar sina barn i bil till cupen även ombesörja transporter för de barnen till och från matcher.

Väl framme så samlas laget på IKEA för lunch (betalas med egna fickpengar). Efter lunch sker incheckning (görs av ledarna på IFU arena kl 7-16) för att sedan ta oss till vårt boende för inkvartering före första matchen som är kl 15. Killarna ska bo på Nannaskolan. Vid inkvarteringen på skolan önskas hjälp av föräldrar för att så smidigt som möjligt komma i ordning. **OBS! Dubbelmadrasser är absolut förbjudet om dessa inte delas av två personer!**

Alla deltagare kommer vid incheckningen få ett band som skall bäras runt ena handleden, dessa band är er entré till arenorna och även bevis på att ni får spela och vara i båset under matcher.

Utcheckning skall göras senast kl 10 på torsdagen. Föräldrar måste hjälpa till vid utcheckning från skolan då klassrummet behöver städas och ställas i ordning så rummet ser ut som det gjorde när vi kom dit. Tiden för samling på skolan för städning meddelas via Facebook. Beroende på matchschema under torsdagen så kommer lunch att intagas före hemfärd.

I boendepaketet så ingår middag på tisdagen, frukost, lunch och middag på onsdagen samt frukost och lunch på torsdagen. Grabbarna får ett måltidskort som skall med när dom ska äta i IFU arena. Alla måltider, förutom frukost, serveras på IFU Arena. Frukost serveras mellan kl 6.30-9.30 på skolan man bor på.

Till samtliga måltider serveras ett rikligt salladsbord och smör, hårt bröd, mjölk samt måltidsdryck.

Middag tisdag kl 16.00-20.00: **Sprödbakad kycklinginnerfilé med rostad potatis och srirachamajonnäs**
Quornfilé med rostad potatis

Lunch onsdag kl 10.30-14.30: **Pasta Bolognese**
Vegansk Pasta Bolognese

Middag onsdag kl 16.00-20.00: **Kycklinggryta IFU-style med ris**
Vegansk asiatisk gryta med ris

Lunch torsdag kl 10.30-14.30: **Korvstroganoff med ris**
Veganstroganoff med ris

Vegetariska och laktosfria alternativ finns vid alla måltider.

Godis och läsk är inte tillåtet under helgen! Ev kommer det att gå att göra ett mindre godisinköp på hemresan.

Mobilen tas med på egen risk. Rickard och Per bestämmer när mobilen får användas.

PARKERING

Bästa sättet att parkera snabbt och smidigt vid Fyrishov och IFU Arena är via mobilen med någon av dessa appar: Parkster, SMS Park eller Easypark. Du hittar områdeskoden vid respektive automat.

Vid skolor parkerar ni på anvisad plats, var noga med att kontrollera om avgift behövs. Det är inte tillåtet att parkera utanför anvisad plats eller på handikapp plats utan giltigt tillstånd.

ENTRÉ BESÖKARE

I IFU Arena och Fyrishov kommer det för besökare att vara entréavgift 50 kr/dag eller 120 kr/ period, entré löser man i dörren med Swish eller kort (alla under 16 år går in gratis).

WEBB-SÄNDNINGAR

Alla matcher kommer att sändas på webben. I IFU och Fyrishov kommer det filmas med AI-kameror och i övriga hallar filmar vi med fysisk person. Dessa sändningar köper ni via hemsidan, Solidsport, som är vår leverantör av webbsändningar. Matcher går att köpa med PPV eller pass för hela cupen.

Nannaskolans adress: **Kungsgatan 24, Uppsala**

2,6 km avstånd (37 min promenad) mellan Nannaskolan och IFU Arena.

1,5 km avstånd (21 min promenad) mellan Nannaskolan och Fyrishov.

