

Packlista till Göranssons cup

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

Vattenflaska

Träningsoverall

Galgar att torka kläder på

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

Mössa och vantar

Varmare jacka och "riktiga" skor (vi kan komma att ta en promenad innan match)

Handduk

Tvål/ schampo

Ev. Medicin och instruktioner om den

Tandborste och tandkräm

Ev. hårband/ snoddar

Sängkläder, täcke, kudde och luftmadrass (*ej dubbelmadrass*)

Ett extra lakan att lägga under luftmadrassen (för att motverka "gnissel" mot golvet)

Pyjamas

Fickpengar 200 kr (*lunch söndag samt ev godis till hemresan*)

Kortlek eller eventuellt annat roligt sällskapsspel

Lämna smycken hemma !

Mobilnummer ledarna

Daniel Nyström 070/834 44 43

Tobias Rockmyr 072/978 50 04

Cup info

Spelschema Grupp A

Fredag 27/9	kl 20:10	Göransson Arena 1	IBK Runsten – KAIS Mora
Lördag 28/9	kl 14:50	Göransson Arena 5	KAIS Mora – Hagunda IF Farmers
Lördag 28/9	kl 18:10	Göransson Arena 1	Samuelsdals IF 1 – KAIS Mora

Söndag 29/9 spelas ev finaler från kl 10:10

Kostnad för varje deltagare är 150:- (till mellanmål och en del av kostnaden för busshyra och dieselkostnad), detta swishas till Louise Helgesson 070/306 30 65, senast onsdag den 25/9.

Samling på Willys i Noret kl 15 för avfärd kl 15.15.

Vi har lånat KAIS båda minibussar med plats för 7 spelare resp 8 spelare som Tobias och Daniel ansvarar för.

Väl framme så checkar en ledare in laget för att kunna dela ut "matarmbanden" så grabbarna kan gå och äta. Killarna ska bo på Vallhovsskolan. Inkvartering på skolan kan göras från fredag kl. 18. En boendevärd finns på plats i skolan dygnet runt för service. OBS! Dubbelmadrasser är absolut förbjudet om dessa inte delas av två personer! Vid inkvarteringen på skolan önskas hjälp av föräldrar för att så smidigt som möjligt komma i ordning.

I det bokade boendepaketet så ingår middag på fredagen, frukost, lunch och middag på lördagen samt frukost på söndagen. Vi kommer att äta alla våra måltider på Murgårdsskolan. Grabbarna kommer att få ett band som skall bäras på armen för detta.

Till samtliga måltider ingår pizzasallad, riven morot, blandsallad, dressing, hårt bröd, mjölk, vatten.

Middag fredag kl 17-21: **Spagetti och köttfärssås**

Frukost lördag kl 06.30-10: **Frukostbuffé**

Lunch lördag kl 11-14: **Korvstroganoff med ris**

Middag lördag kl 17-20: **Köttbullar, sås, potatis, lingon**

Frukost söndag kl 6.30-10: **Frukostbuffé**

(Frukostbuffé: gröt, fil, youghurt, mjölk, musli, flingor, mjukt/hårt bröd, ägg, kaviar, ost, kaffe/the)

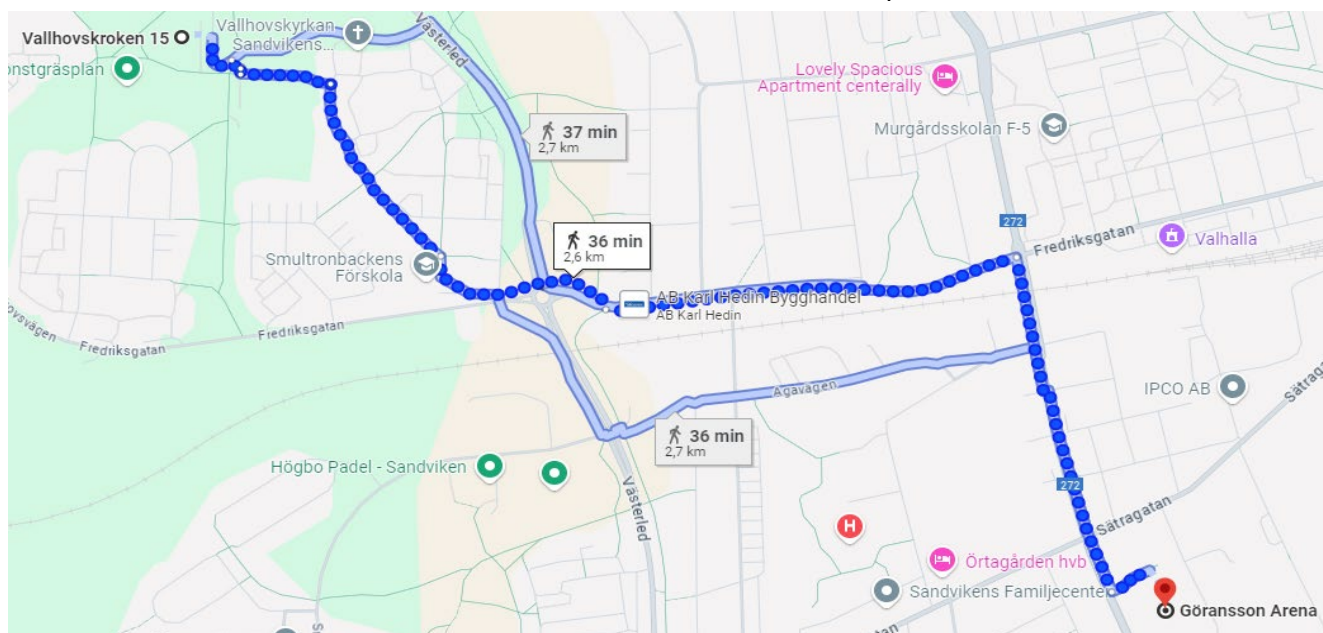
Utcheckning skall göras senast 15.00 på söndagen. Vi önskar hjälp av föräldrar vid utcheckning från skolan. Klassrummet behöver städas och ställas i ordning som det var när vi kom. Tiden för samling på skolan för städning meddelas via facebook och gästboken på Laget.se under lördagskvällen. Beroende på hur grabbarna ska spela under söndagen så kommer ev lunch att intagas före hemfärd så till detta behövs fickpengar.

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

Mobiltelefoner medtages på egen risk.

Vallhovsskolan Adress: Vallhovskroken 15, Sandviken

Ca 3 km mellan Vallhovsskolan och Göransson Arena . 36 minuters promenad eller 6 min med bil.



BOENDEREGLER SKOLA

Nötter är förbjudet på hela skolan!

Förvara inte värdesaker i klassrummen/gymnastiksalen.

Ni flyttar skolbänkar mm som ni önskar och ställer tillbaka som det stod innan ni checkar ut.

Knäpp kort för att komma ihåg hur det stod.

Från kl. 22.00 skall det vara tyst i lokalerna. Ni som spelar senare på kvällen får försöka respektera detta på bästa sätt när ni kommer tillbaka på kvällen/natten.

Grovstädning (sopa golv, samla skräp i sopsäckar, torka bort fläckar mm) skall godkännas av ansvarig boendevärd innan utcheckning. Sopsäckar och städutrustning finns i anvisade städskrubbar.

Ej fullgod städning ersätts med 1000 kr.

