

**Fredag 13/10**

Samling i Västerås vid Skiljeboskolan 19:00.
Adress: Säbygatan 4.

Alla ska ha ätit middag innan samling.Vi kommer att få ett kvällsmål där som innehåller smörgås, frukt och festis.

Myspys på skolan.

Tyst på rummet 22:30 då vi har tidig match på lördag.

**Lördag 14/10**

Väckning 06:15

Frukost 06:30**:** mjölk, choklad, kaffe, the, filmjölk, flingor, hårt och mjukt bröd, ägg, smör och pålägg.

Avresa mot Hamre IP 07:15 för uppvärmning och gametime😊

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Lör 2017-10-14 | 08:00 | Älvsjö AIK :blå  http://www.procup.se/cup/flags/se.gif | - |  http://www.procup.se/cup/flags/se.gif Skinnskatteberg SK | Hamre 3 | Hamre IP |
|  |  |  |  |  |  |  |

Vi stannar kvar på Hamre IP och fyller på med frukt och energi till match nr 2.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Lör 2017-10-14 | 10:00 | Skinnskatteberg SK  http://www.procup.se/cup/flags/se.gif | - |  http://www.procup.se/cup/flags/se.gif Järla IF | Hamre 5 | Hamre IP |

Efter matchen åker laget tillbaka till skolan och det är dags för lunch och vila.

Lunchmeny: Korvstroganoff med ris (100% nöt). Mjölk, måltidsdryck, kaffe, the, bröd och smör.

Avresa tillbaka till Hamre IP vid ca 13:15 för match nr 3.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Lör 2017-10-14 | 14:00 | FC Djursholm:F 04  http://www.procup.se/cup/flags/se.gif | - |  http://www.procup.se/cup/flags/se.gif Skinnskatteberg SK | Hamre 3 | Hamre IP |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Vi stannar kvar på Hamre IP och inväntar den fjärde och sista matchen😊

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Lör 2017-10-14 | 16:00 | Skinnskatteberg SK  http://www.procup.se/cup/flags/se.gif | - |  http://www.procup.se/cup/flags/se.gif Barkarö SK | Hamre 3 | Hamre IP |

 |  |  |  |  |  |  |  |  |

Efter sista matchen åker vi och duschar och byter om innan vi tar kvällsmål på en McDonalds restaurang i Västerås.

Sedan kommer vi att hålla oss på skolan och få lite kvalitetstid tillsammans. Alla kommer nog vara trötta då vi spelat många matcher under dagen så det kommer nog att vara skönt att få ta det lugnt. Förhoppningsvis lär vi känna nya bekantskaper på skolan då många lag i vår ålder bor på samma skola.

Tyst på rummet 22:30.

**Söndag 15/10**

Beroende på hur det gått i de tidigare matcherna kan vi ha spelat klart alternativt få spela placeringsmatch eller slutspel så vi håller schemat för denna dag öppet och återkommer med tider och samlingar.

Det ingår frukost och lunch för oss på söndagen och lunchmenyn då är köttbullar med pasta. (100% nöt). Mjölk, måltidsdryck, kaffe, the, bröd och smör.

Som vanligt kommer vi att hålla oss ifrån godis och sånt tills vi spelat den sista matchen och då är det fritt fram. Glöm inte att respektera varandra och att hålla ihop, vi är ett lag både på och av plan. Ingen ska behöva känna sig ensam!
Mobiltelefoner använder vi inte vid samlingar och under matcher. Ledare som sover med laget är

Camilla 070-6970925
Emma 072-3287976
Sune 070-6400427

**Bra att packa**Liggunderlag eller madrass (har ni en dubbel så dela gärna med varandra)
Sovsäck eller täcke
Kudde
Underställ
Vantar och mössa/pannband
En varm jacka
Träningsoverall
Pyjamas
Handduk och duschsaker
Tandborste och tandkräm
Underkläder
Inneskor
Regnkläder
Fotbollsskor och benskydd
Svarta shorts
Svarta strumpor
Blåa strumpor
Galgar att hänga blöta kläder/handduk på
Hårsnoddar
Ta med lite mellis att ha mellan matcherna eftersom att lördagen kommer att bli intensiv.
Frukt
Något gott att smaska på och dricka (EFTER dagens ALLA matcher)
och till sist men inte minst**Ett glatt humör**
Listan kanske inte är helt komplett, det är bara en liten hjälp på vad man ska ha med sig.

Finns det frågor och funderingar så hör av er till oss. Annars ses vi på fredag tjejer och glöm inte att ha kläder att klä på er så ni håller er **varma och torra**!!
Så nu taggar vi för säsongens sista händelse och NU KÖÖÖÖR vi SSK brudar!!!!!!