

# ÖREBROCUPEN INNEBANDY



## **Fredag 8:e April**

14:00 Samling och Avfärd vid Råssla

16.00 - 23.00 Match 1 i grupp-spelet (spelschemat kommer 24/3)

17.00 Incheckning på anvisad skola

17.30 – 20.30 Middag Sprödbakad Fisk med kall sås, potatis och sallad

22.00 Läggdags

## **Lördag 9:e April**

06.30 – 09.30 Frukost Fil, flingor, mjölk, juice, choklad, te, kaffe, smörgås och pålägg

07.00 – 24.00 Match 2 och 3 i grupp-spelet (spelschemat kommer 24/3)

11.00 – 14.30 Lunch Kycklinggryta, pasta och sallad

17.00 – 20.30 Middag Korv stroganoff, pasta och sallad

22.00 Läggdags

## **Söndag 10:e April**

06.30 – 09.30 Frukost Fil, flingor, mjölk, juice, choklad, te, kaffe, smörgås och pålägg

07.00 – 18.00 Match 4 och 5 i grupp-spelet alternativ A- eller B-slutspel  
(spelschemat kommer 24/3)

11.00 – 14.30 Lunch Köttbullar, pasta och sallad

14.00 Utcheckning från anvisad skola

17.00 Hemfärd från Örebro

19.00 Ankomst till Kolmården

**OBS: EV. ALLERGIER FÖR MAT MÅSTE ANMÄLAS SENAST 11:e mars!**

## **PACKLISTA för alla barn**

1. Inomhusskor
2. Innebandyklubbor/MV-utrustning
3. Innebandyglasögon
4. Vattenflaska
5. Utomhusskor att springa i
6. Träningsoverall
7. Uppvärmningströja
8. 2 st handdukar
9. Strumpor och underkläder
10. Badbyxor
11. Inneskor typ Foppa tofflor
12. Liggunderlag eller Luftmadrass
13. Pump till luftmadrass
14. Kudde & Täcke alternativt sovsäck
15. Pyjamas eller sovkläder
16. Dusch och Toalettartiklar
17. Eventuell medicin
18. Skavsårplåster och Plåster
19. Mobil & Laddare
20. Fickpengar till aktiviteter & godis
21. Roligt spel eller Kortlek
22. Ett glatt humör
23. Hejramsan ”När Tobbes gäng tar 3 poäng....”

## **PACKNINGSLISTA för ledare**

1. Uppvärmningsbollar 20 st
2. Fotboll till uppvärmning utomhus
3. Matchställ och MV-utrustning
4. Sjukvårdsväska och Värdeväska
5. Trådlös högtalare och Spotify
6. Skarvsladd och fördelningsdosor
7. Tvättlina
8. Värmepistol

**IBF Kolmården!**  
**Wild Animals**

