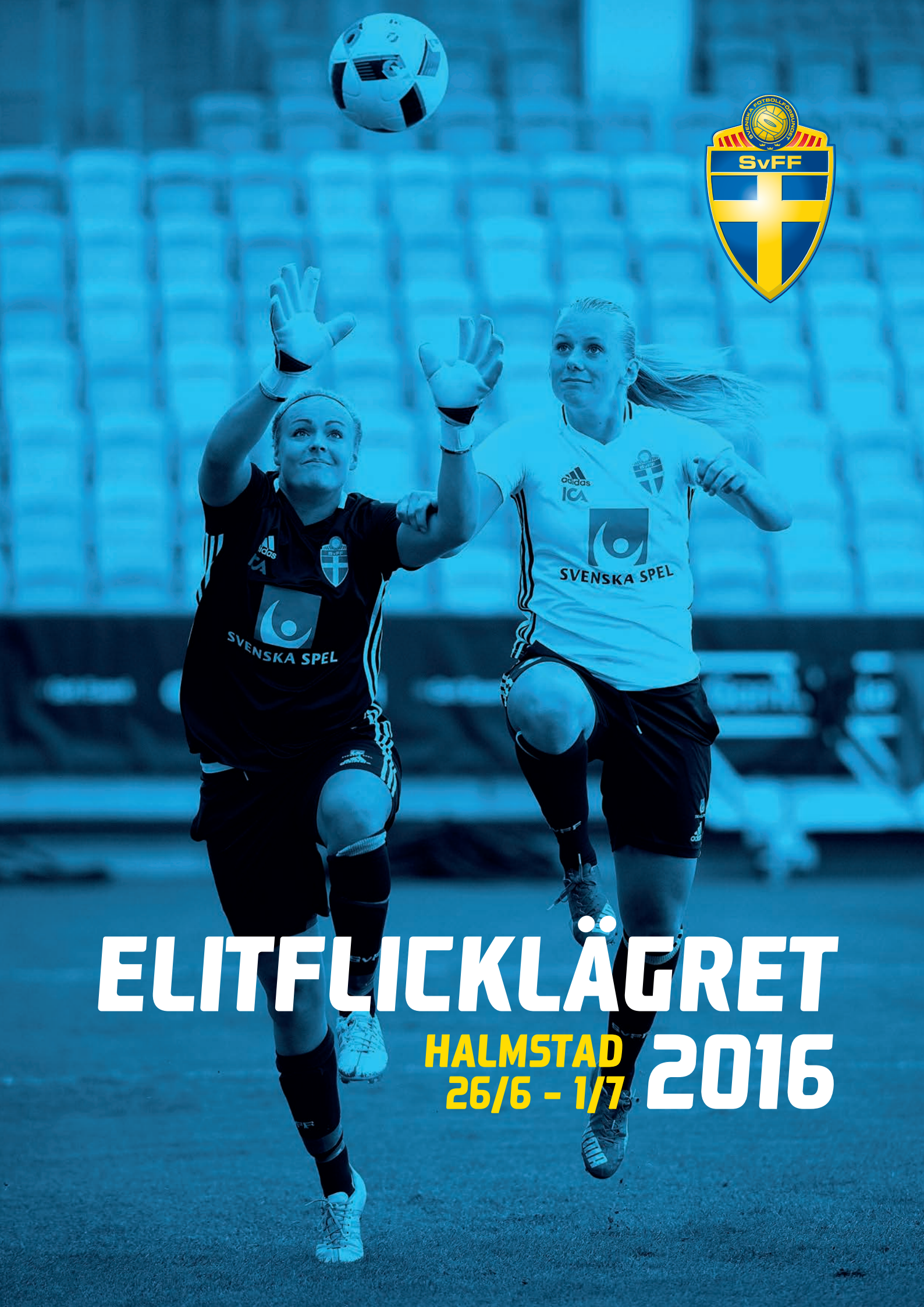


ELITFLICKLÄGRET

HALMSTAD 26/6 - 1/7 2016

FÖRBUNDSKAPTEN F15/01
Katarina Olsson, Stockholm

LÄGERLEDNING
Björn Andersson, Halmstad
Marita Emilsson, Hässelby
Ulrika Forsberg, Åkersberga
Anna Högren, Ingarö
Eva Persson, Halmstad

MEDICINSKA TEAMET
Sofia Kemi, Umeå, Läkare
Sofia Skenk, Jonsered, Sjukgymnast

INSTRUKTÖRER
Anneli Andersén, Östersund
PG Eliasson, Umeå
Jonas Gradin, Karlstad
Pär Lagerström, Stockholm
Mika Sankala, Sundsvall
Marie Svensson, Kalmar

MÅLVAKTSINSTRUKTÖRER
My Axelsson, Arboga
Karin Breding, Göteborg
Elisabeth Leidinge, Sundsvall
Anders Markström, Gävle

SVFF
Calle Barrling, Ungdomsförbundskapten
Anneli Gustafsson, RI spelarutbildning
Lilie Persson, Spelarutbildningsansvarig flick
Pia Sundhage, Förbundskapten
Leif Troedsson, RI-målvakt
Erik Lundstedt, mv-tränare F15-17



GRUPPINDELNING AV DISTRIKT

GRUPP	DISTRIKT
1.	Gotland[1]-Skåne[2]
2.	Jämtland/Härjedalen[1]-Norrbotten[2]
3.	Västergötland[1]-Värmland[2]
4.	Bohuslän[1]-Göteborg[2]
5.	Ångermanland[1]-Örebro Län[2]
6.	Uppland[1]-Östergötland[2]
7.	Västerbotten[1]-Södermanland[2]
8.	Medelpad[1]-Hälsingland[2]
9.	Småland[1]-Blekinge[2]
10.	Västmanland[1]-Gestrikland[2]
11.	Dalsland[1]-Stockholm[2]
12.	Halland[1]-Dalarna[2]

Fotnot: Den upphöjda siffran är hänvisning till uppdelningen för torsdagens träningar - 1 tränar förmiddag och 2 tränar eftermiddag.

INSTRUKTÖR	GRUPP
Anneli Andersén	1-2
Jonas Gradin	3-4
Mika Sankala	5-6
PG Eliasson	7-8
Marie Svensson	9-10
Pär Lagerström	11-12

MÅLVAKTSINSTRUKTÖR	GRUPP
My Axelsson	5-6, 12
Karin Breding	3-4, 11
Elisabeth Leidinge	2, 7-8
Anders Markström	1, 9-10

svensk fotboll – se, upplev, älska.™

PLANFÖRDELNING VID TRÄNINGSPASS

	SÖN (kväll)	TIS (fm)	TIS (em)	TOR (fm)*	TOR (em)*
Plan	**gr.nr**	**gr.nr**	**gr.nr**	**gr.nr**	**gr.nr**
P1	1	3	5	7:1	7:2
P4	2	4	6	8:1	8:2
P2	3	5	7	9:1	9:2
P3	4	6	8	10:1	10:2
P5	5	7	9	11:1	11:2
P12	6	8	10	12:1	12:2
P8	7	9	11	1:1	1:2
P9	8	10	12	2:1	2:2
P10	9	11	1	3:1	3:2
P11	10	12	2	4:1	4:2
P13	11	1	3	5:1	5:2
P14	12	2	4	6:1	6:2

** På torsdagen tränar 12 distrikt på förmiddagen och 12 distrikt på eftermiddagen, se fördelning på sid 3.*

Planfördelningen kan ändras på grund av väderförutsättningar, slitage o s v. Detta kommer i så fall att anslås vid lägerexpeditionen.

MATCHER

Måndag	**Plan**	
09.00	P1	Ångermanland-Göteborg
	P2	Dalsland-Jämtland/Härjedalen
	P3	Medelpad-Dalarna
	P4	Stockholm-Uppland
10.15	P1	Gotland-Örebro Län
	P2	Södermanland-Hälsingland
	P3	Västergötland-Halland
	P4	Skåne-Västerbotten
11.30	P1	Småland-Östergötland
	P2	Bohuslän-Gestrikland
	P3	Västmanland-Blekinge
	P4	Värmland-Norrbotten

Onsdag	**Plan**	
09.00	P1	Norrbotten-Småland
	P2	Östergötland-Värmland
	P3	Gestrikland-Dalarna
	P4	Hälsingland-Västmanland
10.15	P1	Jämtland/Härjedalen-Bohuslän
	P2	Stockholm-Västerbotten
	P3	Dalsland-Gotland
	P4	Blekinge-Södermanland
11.30	P1	Uppland-Skåne
	P2	Västergötland-Ångermanland
	P3	Göteborg-Halland
	P4	Örebro Län-Medelpad

Spelordningen för matcherna under fredagen, anslås vid lägerexpeditionen efter kl 18.00 på torsdag kväll.
Plantilldelningen kan förändras beroende på planernas skick.

Distriktsförbundens tävlingsdräkter och ledare är följande:

(V.g kontrollera motståndarlagens dräkter, se spelordningen).

Distrikt	Tröja	Byxa	Strumpa	Ledare	
Blekinge	Grön	Grön	Grön	Annika	Fairbanks
				Andreas	Johansson
				Alexandra	Andersson, mv-tr
Bohuslän	Blå	Blå	Blå	Malin	Rindvik
				Eva	Vikarand
				Josefin	Johansson, mv-tr
Dalarna	Blå	Blå	Blå	Michael	de Wit
				Alexander	Karlsson
				Ulf	Hedlund, mv-tr
Dalsland	Röd	Röd	Röd	Margaretha	Uhlin
				Tommy	Olsson
				Sara	Einarsson, mv-tr
Gestrikland	Röd	Röd	Röd	Per-Arne	Persson
				Linda	Vendel
				Patrik	Mattes, mv-tr
Gotland	Blå	Blå	Blå	Peter	Rudberg
				Lena	Unnerfelt
				Olle	Björklund, mv-tr
Göteborg	Blå	Blå	Blå	Camilla	Ackerfors
				Johan	Cederbom
				Linda	Olausson, mv-tr
Halland	Vit	Blå	Blå	Camilla	Hamnemo
				Jan	Pettersson
				Kristian	Halén, mv-tr
Hälsingland	Grön	Grön	Grön	Anette	Hellström
				Örjan	Oscarsson
				Jörgen	Hedquist, mv-tr
Jämtl/Härjedalen	Röd/svart	Svart	Röd	Thomas	Andersson
				Wilma	Larsson
				Jörgen	Hedqvist, mt-tr
Medelpad	Blå	Blå	Blå	Gabrielle	Bergström
				Jan	Sundin
				Thomas	Gustafsson, mv-tr
Norrbotten	Röd	Röd	Röd	Linnea	Gjersvold
				Tony	Lindvall
				Caroline	Forsberg, mv-tr

Distrikt	**Tröja**	**Byxa**	**Strumpa**	**Ledare**	
Skåne	Röd	Röd	Röd	Fredrik	Jahnfors
				Sara	Olsson
				Emelie	Karström, mv-tr
Småland	Röd	Röd	Röd	Ola	Adauktusson
				Åsa	Kongstad
				Andreas	Karadza, mv-tr
Stockholm	Blå	Blå	Blå	Josefin	Christensen
				Peter	Olsson
				Lars	Frick, mv-tr
Södermanland	Gul	Svart	Gul	Jan	Frank
				Tommy	Krantz
				Peter	Tillqvist, mv-tr
Uppland	Röd	Röd	Röd	Lovisa	Delby
				Anders	Ferngren
				Viktor	Fredeus, mv-tr
Värmland	Blå	Blå	Blå	Anneli	Bergdahl
				Karolina	Lindgren
				Julia	Lindén, mv-tr
Västerbotten	Blå	Blå	Blå	Mikael	Marklund
				Thomas	Westerberg
				Annika	Zettervall, mv-tr
Västergötland	Gul	Svart	Gul	Tobias	Ekdahl
				Henrik	Wilson
				Cicki	Ågren, mv-tr
Västmanland	Blå	Blå	Blå	Andreas	Dayan
				Viktor	Dimberg
				Diyar	Dawod, mv-tr
Ångermanland	Blå/vit	Blå/vit	Blå	Magnus	Bild
				Christer	Pettersson
				Ewelina	Pettersson, mv-tr
Örebro Län	Marin	Marin	Marin	Mikael	Herndal
				Emma/Elin	Gabrielsson/Magnusson
				Claes	Kling, mv-tr
Östergötland	Röd	Röd	Röd	Mattias	Hellström
				Johanna	Norgren
				Frida	Hillerström, mv-tr

PROGRAM

Galaxen = stora aulan
Stora Björn = lilla aulan

SÖNDAG 26/6

13.30-15.30	Lättare lunch
15.00	Senaste ankomsttid till Halmstad, Sannarpsgymnasiet Anmälan vid lägerexpeditionen
16.30-17.10	Mv-teori 1: **mv-tränare och målvakter** (Stora Björn) Ombytta och klara för träning
17.30-19.00	**Träning 1** (se planfördelning) Tema lagträning: Anfallsspel – Speluppbyggnad - Uppspel - Försvarsspel - Återerövring Tema målvakter: Anfallsspel - Speldjup bakåt och uppspel

Middag

19.40	Skåne, Småland, Södermanland, Uppland, Värmland, Västergötland, Västmanland och Östergötland
20.00	Blekinge, Bohuslän, Dalarna, Dalsland, Gestrikland, Gotland, Göteborg och Halland
20.20	Hälsingland, Jämtland/Härjedalen, Medelpad, Norrbotten, Stockholm, Västerbotten, Ångermanland och Örebro Län
21.00	**Officiell start på lägret, samtliga lägerdeltagare (Galaxen)** Kom i så god tid som möjligt innan, så vi kan starta kl 21.00
21.20-21.40	Kvällsprogram: Spelare (Galaxen) Information från förbundskapten och medicinska teamet
21.20-21.40	Samling: DFK, mv-tränare och SvFFs instruktör träffas i sina grupper
21.50-22.30	Kvällsprogram: DFK, mv-tränare, instruktörer, lägerledning, domarinstruktörer (Stora Björn) Information från förbundskapten, lägerledning, medicinska teamet och domarinstruktör
21.45-	Kvällsmål
23.00	Tystnad i förläggningen

MÅNDAG 27/6

Frukost

07.00	för distrikt med matchstart kl 09.00
07.45	för distrikt med matchstart kl 10.15
08.30	för distrikt med matchstart kl 11.30

Matcher	**Plan**	
09.00	P1	Se sid 5 ”MATCHER”
	P2	“
	P3	“
	P4	“
10.15	P1	“
	P2	“
	P3	“
	P4	“
11.30	P1	“
	P2	“
	P3	“
	P4	“

11.30	Lunch för distrikt med matchstart kl 09.00
12.00	Lunch för distrikt med matchstart kl 10.15
13.15	Lunch för distrikt med matchstart kl 11.30

14.00-15.30 **Obligatorisk vila för spelare. Tystnad i förläggningen**

14.30-15.45 Matchanalys/Spelaranalys: DFK, mv-tränare och SvFFs instruktör träffas (matchdistrikten = 3x25 min)

15.45-17.00 Fortbildning:
Arbetssätt och roller och Målprofil F15-A-landslaget, Lilie Persson
DFK, mv-tränare och SvFFs instruktörer (Galaxen)

17.15	Middag för distrikt med matchstart kl 09.00
17.35	Middag för distrikt med matchstart kl 10.15
17.55	Middag för distrikt med matchstart kl 11.30

19.15-20.15 Kvällsprogram 1: Spelare och ledare (Galaxen)
12 distrikt, Blekinge – Norrbotten

19.15-20.15 Mv-teori 2: mv-tränare och målvakter (Stora Björn)
12 distrikt, Skåne-Östergötland

20.20-21.20 Kvällsprogram 2: Spelare och ledare (Galaxen)
12 distrikt, Skåne - Östergötland

20.20-21.20 Mv-teori 2: mv-tränare och målvakter (Stora Björn)
12 distrikt, Blekinge-Norrbotten

21.00	Kvällsmål för distrikt som hade kvällsprogram 1
21.20	Kvällsmål för distrikt som hade kvällsprogram 2

22.15 Tystnad i förläggningen

TISDAG 28/6

Frukost

07.00 Blekinge, Bohuslän, Dalarna, Dalsland, Gestrikland, Gotland, Göteborg och Halland **samt målvakter och mv-tränare som har tidig mv-träning**

07.20 Hälsingland, Jämtland/Härjedalen, Medelpad, Norrbotten, Örebro Län, Skåne, Småland och Stockholm

07.40 Södermanland, Uppland, Värmland, Västerbotten, Västergötland, Västmanland, Ångermanland och Östergötland

08.00-09.10 **Mv-träning:**
Specialträning målvaktsfys. teori och praktik (konstgräs)
12 distrikt (2 mv+mv-tränare)
Samling 08.00 i Stora Björn ombytta och klara för träning
Blekinge, Dalarna, Gestrikland, Göteborg, Hälsingland, Norrbotten, Skåne, Stockholm, Södermanland, Värmland, Örebro Län, Östergötland

09.00-10.30 **Träning 2** (se planfördelning)
Tema lagträning: Försvarsspel – Förhindra speluppbyggnad
- Kollektiva försvarsmetoder
- Anfallsspel – Kontring

Tema målvakter: Försvarsspel
- Förhindra/rädda avslut
- Inlägg

11.15 Lunch för distrikt som åt frukost kl 07.00

11.35 Lunch för distrikt som åt frukost kl 07.20

11.55 Lunch för distrikt som åt frukost kl 07.40

12.30-13.30 **Obligatorisk vila för spelare. Tystnad i förläggningen**

12.30-13.30 Fortbildning: Distriktsarbete Målprofil/psykologi
DFK, mv-tränare och SvFFs instruktörer (4 SDF)

13.00-14.30 Informationsträff för övriga personer som besöker lägret, t ex föräldrar, föreningsledare, distriktsrepresentanter (Galaxen)
- Medicinska teamet kost/dopning
- Fotbollsgymnasium
- Juridik, matchfixning
- Spelarutbildningsfrågor

14.00-15.10 **Mv-träning:**
Specialträning målvaktsfys. teori och praktik (konstgräs)
12 distrikt (2 mv+mv-tränare)
Samling 14.00 i Stora Björn ombytta och klara för träning
Bohuslän, Dalsland, Gotland, Halland, Jämtland/Härjedalen, Medelpad, Småland, Uppland, Västerbotten, Västergötland, Västmanland, Ångermanland

15.00-16.30 **Träning 3** (se planfördelning)
Tema lagträning: Anfallsspel – Komma till avslut och göra mål
- Speluppbyggnad och/eller Kontring
- Försvarsspel - Återerövring

Tema målvakter: Försvarsspel
- Förhindra/rädda avslut
- Skott

17.10	Middag för distrikt som åt frukost kl 07.00
17.30	Middag för distrikt som åt frukost kl 07.20
17.50	Middag för distrikt som åt frukost kl 07.40
19.00-20.15	Kvällsprogram: spelare och ledare (Halmstad Arena) Presentation av damlandslagets OS-trupp till Rio
20.30-21.30	Mv-teori 3: **mv-tränare och målvakter** (Stora Björn)
21.15	Kvällsmål för distrikt som åt frukost kl 07.00
21.25	Kvällsmål för distrikt som åt frukost kl 07.20
21.35	Kvällsmål för distrikt som åt frukost kl 07.40 samt mv och mv-tränare
22.15	Tystnad i förläggningen

ONSDAG 29/6

Frukost

07.00	för distrikt med matchstart kl 09.00
07.45	för distrikt med matchstart kl 10.15
08.30	för distrikt med matchstart kl 11.30

Matcher	**Plan**	
09.00	P1	Se sid 5 ”MATCHER”
	P2	”
	P3	”
	P4	”
10.15	P1	”
	P2	”
	P3	”
	P4	”
11.30	P1	”
	P2	”
	P3	”
	P4	”

11.30	Lunch för distrikt med matchstart kl 09.00
12.00	Lunch för distrikt med matchstart kl 10.15
13.15	Lunch för distrikt med matchstart kl 11.30
13.00-13.50	Matchanalys/Spelaranalys: DFK, mv-tränare och SvFFs instruktör träffas (matchdistrikten = 3x25 min) - Match 1 och 2 (match 3 kl 18.00-18.25)
14.00-17.00	Eftermiddagen fri
17.00	Middag för distrikt med matchstart kl 09.00
17.20	Middag för distrikt med matchstart kl 10.15
17.40	Middag för distrikt med matchstart kl 11.30
18.00-18.25	Matchanalys/Spelaranalys: DFK, mv-tränare och SvFFs instruktör träffas (matchdistrikten = 3x25 min) - Match 3
19.15	Final Cup Kommunal: Västerbotten-Skåne, Halmstad Arena**,** plan 1 Obligatoriskt för alla lägerdeltagare
21.20	Kvällsmål för distrikt med matchstart kl 09.00
21.30	Kvällsmål för distrikt med matchstart kl 10.15
21.40	Kvällsmål för distrikt med matchstart kl 11.30
22.30	Tystnad i förläggningen

TORSDAG 30/6

Frukost

07.00	Bohuslän, Dalsland, Gotland, Halland, Jämtland/Härjedalen, Medelpad, Småland, Uppland
07.20	Västerbotten, Västergötland, Västmanland, Ångermanland, Blekinge, Dalarna, Gestrikland, Göteborg
07.40	Hälsingland, Norrbotten, Skåne, Stockholm, Södermanland, Värmland, Örebro Län, Östergötland

09.00-10.30 **Träning 4:1, 12 distrikt** (se uppdelning och planfördelning, sid 3 och 4)
Tema lagträning: Försvarsspel – Förhindra och rädda avslut
- Anfallsspel - Kontring
Tema målvakter: Försvarsspel
- Förhindra/rädda avslut
- Djupledspass/Friläge

11.15	Lunch för distrikt som åt frukost 07.00
11.35	Lunch för distrikt som åt frukost 07.20
11.55	Lunch för distrikt som åt frukost 07.40

12.30-13.45 Obligatorisk vila för alla spelare. Tystnad i förläggningen

12.15-13.15 Fortbildning: Distriktsarbete Målprofil/psykologi
DFK, mv-tränare och SvFFs instruktörer (4 SDF)

13.30-13.50 Mv-samling: **mv-tränare** (Stora Björn)

13.50-14.30 Mv-teori 4: **mv-tränare och målvakter** (Stora Björn)
Ombytta och klara för träning

15.00-16.30 **Träning 4:2, 12 distrikt** (se uppdelning och planfördelning sid 3 och 4)
Tema lagträning: Försvarsspel – Förhindra och rädda avslut
- Anfallsspel - Kontring
Tema målvakter: Försvarsspel
- Förhindra/rädda avslut
- Djupledspass/Friläge

16.45-17.15 Samling för SU, Tipselit (Stora Björn), Anneli Gustafsson och Calle Barrling

Em/kväll Individuella samtal DFK/spelare

17.15	Middag för distrikt som åt frukost 07.00
17.35	Middag för distrikt som åt frukost 07.20
17.55	Middag för distrikt som åt frukost 07.40

18.45 Information från lägerledningen angående fredagen (Stora Björn)
(minst en DFK/distrikt)

21.00	Kvällsmål för distrikt som åt frukost kl 07.00
21.10	Kvällsmål för distrikt som åt frukost kl 07.20
21.20	Kvällsmål för distrikt som åt frukost kl 07.40

22.15 Tystnad i förläggningen

FREDAG 1/7

Frukost

07.00 Frukost och städning för distrikt med matchstart kl 09.00
07.45 Frukost och städning för distrikt med matchstart kl 10.15
08.30 Frukost och städning för distrikt med matchstart kl 11.30

FM Städning gäller vid tid som inte är matchtid

Matcher

Matchindelning anslås vid lägerexpeditionen på torsdag kväll efter kl 18.00

	Plan	
09.00	P1	
	P2	
	P3	
	P4	

10.15	P1	
	P2	
	P3	
	P4	

11.30	P1	
	P2	
	P3	
	P4	

11.00 Lunch för distrikt med matchstart kl 09.00
12.00 Lunch för distrikt med matchstart kl 10.15
13.00 Lunch för distrikt med matchstart kl 11.30

14.00-15.00 Hemresor
Efter städning, inlämning av nycklar och inspektion av klassrum

DOMARE PÅ ELITFLICKLÄGRET

Domarutbildning, Steg 2, anordnas samtidigt med Elitflicklägret. Deltagare vid kursen fungerar som domare och assisterande domare vid samtliga matcher under lägret.

Kursledare
Jörgen Berggren, Malmö

Instruktörer
Tomas Karlsson, Eskilstuna
Hege Steinlund, Holmsjö
Katrin Sjöberg, Rockneby

Deltagare

Lovisa André	Östergötland
Vanja van Beelen	Skåne
Josefin Blell	Västergötland
Katrin de Boer	Jämtland/Härjedalen
Fanny Elfving	Ångermanland
Ayse Genc	Stockholm
Selma Griberg	Värmland
Sofie Gustavsson	Värmland
Ida Kellström	Gotland
Hanna Laajanen	Medelpad
Lina Malmström	Ångermanland
Amelia Maurtizon	Gestrikland
Maral Mirzai Beni	Göteborg
Viktoria Månsson	Blekinge

REGLER FÖR ALLMÄN TRIVSEL

1. Varje morgon ska det sopas, göras rent och tömmas soppåsar i förläggningen samt på ert ansvarsområde.

2. Var och en ansvarar själv för bäddning.

3. Inga fotbollsskor och inget bollande i skolan.

4. Till samtliga måltider går respektive distriktslag gemensamt under ledning av distriktsledarna. Gemensam klädsel gäller.

5. Alla angivna tider måste hållas.
   Att komma för tidigt till matkön är lika illa som att komma sent.

6. Det råder obligatorisk vila inom skolan enligt programmet. Under denna tid ska det vara tyst.

7. Varje distrikt ansvarar för att det städas och är ordning i omklädnings-rummen efter varje träning och match. Lämna omklädningsrummet i det skick som ni själva vill finna det i när ni kommer.

8. Vi har valt att ha mobiltelefonförbud inne i skolan. Undantaget är lägerledning och skolans personal/vaktmästare.

Det är varje ledares ansvar att se till att dessa regler följs. Ett gott omdöme och en professionell inställning hos såväl spelare som ledare gör att vi får en trivsam vecka tillsammans.

ALLMÄN INFORMATION

1. Senast ankomst till Sannarpsgymnasiet, Halmstad, är söndag klockan 15.00.

2. Om ni har ändringar i den tidigare inskickade laguppställningen ska detta meddelas lägerexpeditionen direkt vid ankomsten till skolan. Spelarna ska ha fast numrering på tränings- och matchtröjan under hela veckan. Det underlättar arbetet för våra instruktörer.

3. Special kost
   Om ni bland era spelare/ledare har någon/några med speciella kostvanor eller allergier, t ex vegetarianer eller dylikt, måste ni själva meddela Sannarpsgymnasiet samt SvFF.
   Om ni inte redan meddelat detta, mejlar ni informationen till:
   - Mattias Johansson, mattias.johansson@halmstad.se eller tel 076-107 31 78 **samt**
   - SvFF, elitlager@svenskfotboll.se

   Ange; namn, distrikt och specialkost samt namn och mobilnummer till dig som lämnat uppgiften.

4. Handlingsplan i krisstöd som gäller för Elitlägren
   Denna är tidigare utskickad som bilaga till Informationshäftet inför Elitlägret.
   Vi vill påminna att distrikten är ansvariga för att det finns en kontaktlista till anhöriga för distriktets spelare och ledare i trupperna till Halmstad.

5. Spelare och ledare sover i klassrum i skolan. SvFF tillhandahåller en vanlig madrass. Sovsäck eller lakan/täcke och kudde får var och en ta med själv.

6. Material.
   Varje distrikt ska ta med:
   - små konor
   - 16 st bollar, strl 5 som är av bra kvalitet, vilket är ytterst viktigt
   - numrerade västar (samma nummer som matchtröjorna)
   - sjukvårdsmaterial och förbrukningsmaterial såsom tejp och dylikt
   - vattenflaskor till spelarna
   - ett par kryckor

   Spelarna måste ta med ID-kort eller patientbricka.
   Tänk noga igenom detta med material så att ni kommer väl utrustade.

7. Omklädningsrum för alla **spelare** är på Halmstad Arena. Varje distrikt disponerar "i par" ett och samma omklädningsrum under hela veckan.

   OBS! Rummen måste tömmas på material och värdesaker efter varje tränings/matchtillfälle för att ge plats åt andra, framförallt kvällstid.

   Värdesaker ska försvaras i särskilda värdeskåp som finns i skolan. Nycklar till dessa kvitteras ut vid ankomsten.

   Duschmöjligheter för **DFK och mv-tränare** finns i gymnastikhallen intill skolan.

söndag	kl 12.00-23.00
måndag-torsdag	kl 06.00-23.00
fredag	kl 05.30-14.30

   Dusch i gymnastikhallen ska endast användas av ledare.

8. Torkrumsmöjligheter finns i gymnastikhallen på skolan.

9. Våra sjukvårdansvariga har sin skademottagning på Halmstad Arena (idrottsplatsen) på tider som kommer att finnas angivna vid lägerexpeditionen.

10. Matcher
    - Matchtiden är 2x30 minuter med halvtidspaus på 5 minuter.
    - Fem spelare får användas som avbytare under hela matchtiden. Spelare som bytts ut får återinträda i spelet.
    - Om två lag har lika dräktfärger ska bortalaget byta tröjfärg.

11. Eftersom det redan är mycket folk i skolan så har övriga personer som finns på plats i Halmstad, t ex föräldrar, föreningsledare, distriktsrepresentanter, inte tillträde att vara i skolan. Dessa personer får träffa sina spelare utanför skolan. En informationsträff för personer som besöker lägret genomförs tisdag kl 13.00 i aulan. Då är alla välkomna.

12. Lägerledningen hjälper till med inköp som du eller någon annan i laget inte hinner skaffa själva. En skriftlig beställning, samt pengar, lämnas till lägerexpeditionen senast klockan 09.00 varje morgon. Varorna kan sedan avhämtas på eftermiddagen samma dag.

13. Kaffe till ledarna finns i matsalen i samband med måltiderna samt i ledarrummet efter 18.30. Kvällsmål är samma som för spelarna, d v s matsalen. Ledarrummet öppnar tidigast kl 18.30 beroende på att skolverksamhet fortfarande är igång och detta rum är skolans personalrum. Vi får låna detta rum så länge vi sköter städning/tider i ledarrummet. Respektera detta så vi inte blir av med denna förmån.

14. Bananer. Varje morgon (mån-tor) får ni hämta ut två bananer/person som ni disponerar fritt under dagen - hämtas vid matsalen. Vill ni ha ytterligare mellanmål får ni själva ordna detta.

15. Souvenirer
    Under lägret kommer vi att ha försäljning av den sedvanliga Elitläger t-shirten för 120:-.

16. Express-Bild ordnar gruppfoto efter överenskommelse med distrikten.

17. Distriktsfack
    Varje distrikt har varsitt fack vid entrén på Sannarpsskolan. Där lägger vi ut information till er under veckan.

18. Adress:
    Sannarpsgymnasiet, Frennarpsvägen, 302 44 Halmstad.

19. Kontaktperson för Elitflicklägret:
    Ulrika Forsberg, 08-735 09 22.

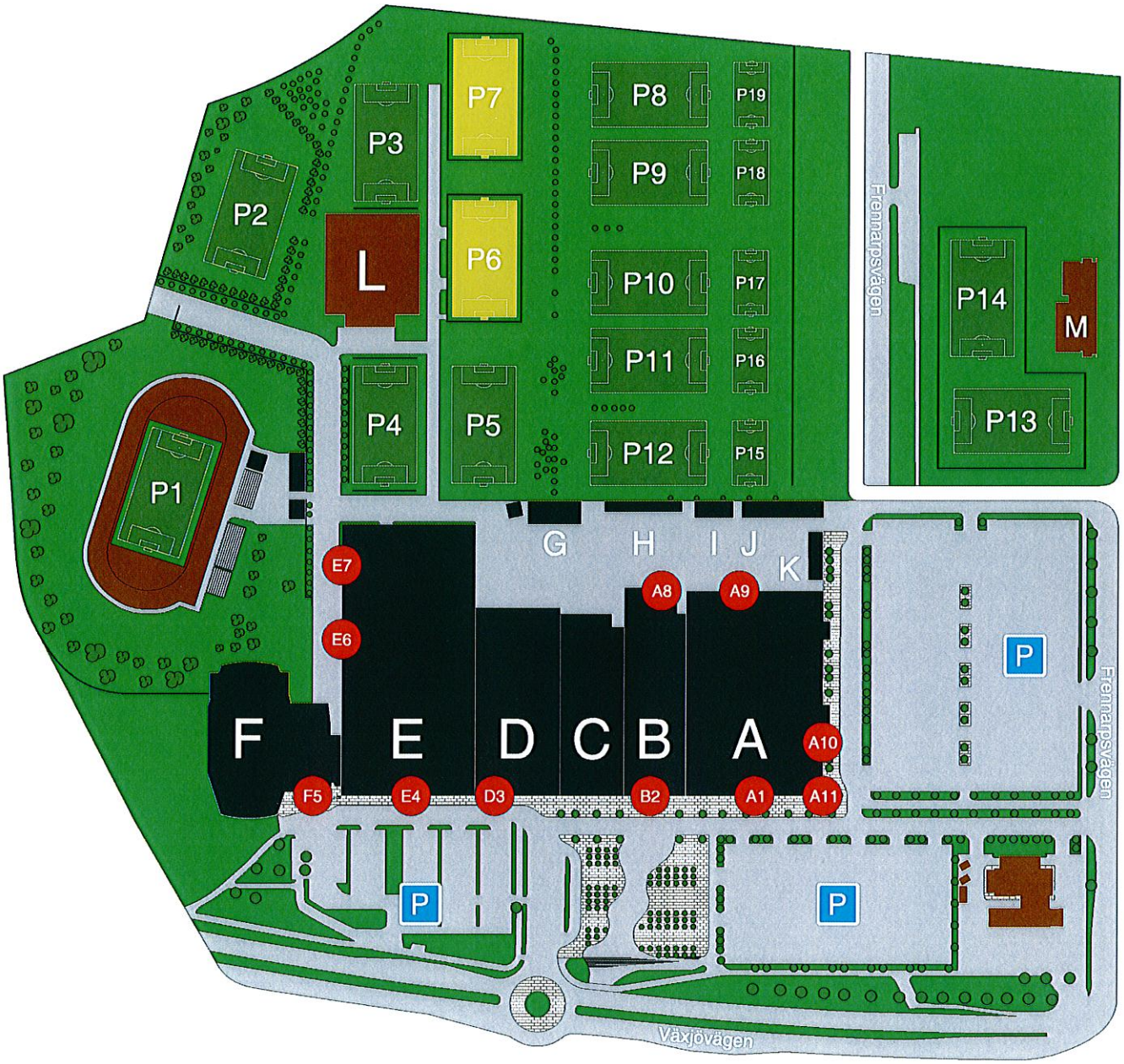
MATSEDEL

Söndag	Lättare lunch:	Pastasås med kyckling, pasta
	Middag:	Pannbiff med lök, klyftpotatis, sås, frukt
	Kvällsmål:	Smörgås, dryck (mjölk och juice), yoggi
Måndag	Frukost:	Standard
	Lunch:	Köttfärssås med pasta, frukt
	Middag:	Kycklinggratäng med curry och mango chutney, ris
	Kvällsmål:	Smörgås, dryck (mjölk och juice), yoggi
Tisdag	Frukost:	Standard
	Lunch:	Lasagne, frukt
	Middag:	Fisk under sprött täcke, potatis, sås, frukt
	Kvällsmål:	Smörgås, dryck (mjölk och juice), risi frutti
Onsdag	Frukost:	Standard
	Lunch:	Pasta carbonara, frukt
	Middag:	Köttbullar, potatis och gräddsås, frukt
	Kvällsmål:	Smörgås, dryck (mjölk och juice), yoggi
Torsdag	Frukost:	Standard
	Lunch:	Korvstroganoff med ris
	Middag:	Köttfärs i ugn, potatis, sås, frukt
	Kvällsmål:	Smörgås, dryck (mjölk och juice), risi frutti
Fredag	Frukost:	Standard
	Lunch:	Pastawok med kyckling, kall sås

Frukoststandard: Fil, flingor, socker, kanel, gröt, hårt och mjukt bröd, smör, 2 sorters köttpålägg, ost, grönsaker, marmelad, kaffe, te, mjölk.

Standard till lunch o middag: Salladsbuffé, hårt och mjukt bröd, smör, mjölk, måltidsdryck.

Översiktskarta



Halmstad Arena

Halmstad Arena, Växjövägen 11, 302 44 Halmstad | 035 - 035-15 27 50 | www.halmstadarena.se