



Norrbottens fotbollsförbund

Länslag F -02



Kallelse

Norrlandslägret, Junsele F -02

Plats: Junsele

Datum: 25/5-28/5

Kostnad: Deltagaravgift Junselelägret 350 kr (Faktureras din förening), spelarpaket med följande innehåll ska betalas av spelaren innan det lämnas ut 1200 kr, kontant eller swish 123 278 52 93 till NFF.

Spelarpaketet:

- 1 st väska
- 1 st overall – jacka och byxa
- 1 par shorts
- 2 st T-shirts
- 2 par fotbollsstrumpor

Innehåll:

Var i god innan avfärd på respektive plats

08.00 Avfärd, Luleå (Idrottens hus, Kronan hus A3)

08.45 Avfärd, Piteå (Bil och Traktor tunga fordon, bredvid Frasses)

12.00 Lunch

14.30 Ungefärlig ankomst Junsele

Sovtäckor, kudde och lakan ska spelarna ta med sig själva, vi kommer att sova i skolsal med våningssängar där madrasser finns. Egna personliga hygienartiklar samt kläder efter väder (enligt prognos kan det bli regn). Vi kommer att träna och matcha på naturgräs.

Kan du inte delta vill vi veta det senast måndag 22/5, eventuell skada eller sjukdom behöver vi också få reda på så att vi kan föra dialog om spelare ska med eller inte. Eventuell mat allergi eller annan information om spelarna som kan vara bra för oss ledare att känna till ska anmälas vid samma tidpunkt.

Kom ihåg vattenflaska, benskydd och fotbollsskor (målvaktshandskar).



Norrbottens fotbollsförbund

Länslag F -02



Spelare

- | | |
|------------------------------|------------------|
| 1. Hedda Oja (MV) | Lira BK |
| 2. Ellen Mattsson | FC Norra |
| 3. Sofia Eriksson | Alviks IK |
| 4. Elvira Claeson | Sävast AIF |
| 5. Ellen Stråle | Alviks IK |
| 6. Ellen Söderholm | Sunderby SK |
| 7. Tess Eriksson | Piteå IF |
| 8. Emma Rierstam | Sunderby SK |
| 9. Tilda Johansson | FC Norrsken |
| 10. Ellen Gustafsson | Piteå IF |
| 11. Maja Lindström | Bergnäsets AIK |
| 12. Wilma Salander | Sunderby SK (MV) |
| 13. Elsa Johansson | Alviks IK |
| 14. Miranda Johansson | Piteå IF |
| 15. Maja Lager | Sunderby SK |
| 16. Julia Granberg | Piteå IF |
| 17. Elin Öhman | FC Norrsken |
| 18. Emma Heikki | Lira BK |
| 19. Vendela Oskarsson | Sävast AIF |
| 20. Tindra Hellman Nordström | Bergnäsets AIK |

Reserver

- | | |
|-----------------|-------------|
| Emmy Engman | Piteå IF |
| Emmeli Larsson | Luleå SK |
| My Johansson | Sunderby SK |
| Sanna Lundholm | Piteå IF |
| Jennifer Friman | Alviks IK |



Norrbottens fotbollsförbund

Länslag F -02



TRÄNINGSTIDER FLICKOR

TORSDAG

17.30–18.45

NORRBOTTEN/VÄSTERBOTTEN

KEBBEVALLEN

FREDAG

09.00-10.30

10.45–11.30

JÄMTLAND/H/NORRBOTTEN

GENOMGÅNG MÅLVAKTER

GÄRDET

RÖDA SKOLAN

LÖRDAG

10.30–12.00

MEDELPAD/NORRBOTTEN

KEBBEVALLEN

MATCHER FLICKOR

FREDAG

14.15

2x30

NORRBOTTEN-MEDELPAD

GÄRDET

LÖRDAG

16.00

2x30

ÅNGERMANLAND-NORRBOTTEN MON

SÖNDAG

09.00

2x30

JÄMTLAND/H – NORRBOTTEN

KREBBEVALLEN



Norrbottens fotbollsförbund

Länslag F -02



MATTIDER FLICKOR

TORS DAG

MIDDAG 15.15 GFF, NFF, VFF

KVÄLLSFIKA 21.20 GFF, NFF, VFF

FREDAG

FRUKOST 07.30 JHFF, MFF, NFF, VFF

LUNCH 11.45 JHFF, MFF, NFF, VFF

MIDDAG 17.40 JHFF, MFF, NFF, VFF

KVÄLLSFIKA 21.20 JHFF, MFF, NFF, VFF

LÖRDAG

FRUKOST 08.45 MFF, NFF, VFF, ÅFF

LUNCH 13.15 MFF, NFF, VFF, ÅFF

MIDDAG 18.30 MFF, NFF, VFF, ÅFF

KVÄLLSFIKA 20.40 MFF, NFF, VFF, ÅFF

SÖNDAG

FRUKOST 06.50 GFF, JHFF, MFF, NFF

LUNCH 12.30 JHFF, MFF, NFF, VFF

Samtliga måltider serveras i Röda skolan



Norrbottens fotbollsförbund

Länslag F -02



MATSEDEL

TORS DAG	MIDDAG	Kyckling och ris
FREDAG	LUNCH MIDDAG	Spagetti med köttfärsås Köttbullar med potatis och sås
LÖRDAG	LUNCH MIDDAG	Makaroner med pastasås (skink) Köttgryta med ris
SÖNDAG	LUNCH	Pyttipanna, rödbetor
FRUKOST	ALLA DAGAR	Fil, flingor, mjölk, müsli, sylt, russin, smörgås, kokt skinka och korv, ost, the, kaffe, choklad, mjölk. Grovt hårt bröd och paprika
KVÄLLSFIKA	ALLA DAGAR	The, kaffe, choklad, mjölk, smörgås, ost, korv, Någon grönsak (ex gurka eller sallad)

OBS! Till samtliga kvällsmål **gäller 5 mjuka och 5 hårda**

Smör, bröd, råkostsallad och paprika finns till lunch och middag, mjölk serveras till frukost och lunch.

Till middag serveras måltidsdryck.

OBS! Ta inte för Dej för mycket av mat eller mackor, som sedan ska slängas bort. Bättre att backa och Din tallrik blir tom.

Fotbollsskor **gäller ej** i matsalarna - Och självklart inga kepsar på huvudet.

Var och en tar bort sin tallrik. Placera all disk på diskvagnen.

Varje DFK ansvarar för att respektive distrikt rengör borden efter varje måltid.



Norrbottens fotbollsförbund

Länslag F -02



TORS DAG

INVIGNING	21.00	Sporthallen
Samling utanför hallen senast	20.40	

F R E D A G

INFORMATION SPELARE FLICK	19.45	Sporthallen
INFORMATION SPELARE POJK	19.45	Sporthallen

L Ö R D A G

TID FÖR GENOMGÅNG MED EGNA LAGET	från 19.30
----------------------------------	------------

FÖR ALLAS TREVNAD SKALL DET VARA LUGNT IFÖRLÄGGNINGARNA KLOCKAN 22.30



Norrbottens fotbollsförbund

Länslag F -02



Regler för allmän trivsel

1. Var och en svarar själv för bäddning. Se till att det är ordning i stugor och korridor
 2. Varje morgon görs rent och sopas i förläggningen
 3. Kortspel om pengar *förbjudet*
 4. **Inga fotbollsskor i skolan eller inomhus i korridorer. Fotbollsspel inomhus är absolut förbjudet. Sönderslagen ruta faktureras distriktet**
 5. Till samtliga måltider går respektive distriktslag, **gemensamt** under ledning av distriktsledarna. Hel overall är en bra gemensam klädsel
Varje DFK ansvarar för att respektive distrikt rengör borden efter varje måltid.
 6. Alla angivna tider måste hållas
 7. Varje distrikt ansvarar för att det städas och är i ordning i omklädningsrummen efter varje träning och match. Lämna omklädningsrummet i det skick som Ni själva vill finna det i när ni kommer.
 8. Se till att **inte** lämna bollar och kläder vid planerna. Se till att inga kläder blir liggande i korridorer utanför din skolsal.
- OBS!** Att det är självklart åligger varje distriktsledare att ansvara för att de egna spelarna åtlyder dessa regler. Gäller inte minst kvällarna och tiden för ”tystnad”

Dessa ordningsregler bör räcka! Ett gott omdöme och en ”professionell” inställning hos såväl spelare som ledare gör att vi får trivsamma dagar.