**DREAM TEAM SOMMAR CAMP**

**Här kommer den information som du som spelare och förälder/vårdnadshavare behöver för att göra de här fem dagarna till sommarens bästa fotbollsdagar!**

Vi kommer att göra ett schema klart för varje dag som vi sen ger till spelarna. Ledarna planerar de olika övningar utefter ett specifikt tema varje dag. En övning kan ersättas av ex. titta på en fotbollsfilm/klipp i klubbhuset.

Så här kommer dagarna ex. att se ut:

**Tider: 9.00-15.00 13-19 juni (uppehåll på helgen)**

**Torsdag 13 juni (tältet)**

***Tema Teknik/målvakt:***

**Samling 9.00 bredvid läktaren vid Järla If klubbhus.**

Genomgång av schema och uppstart i Järla If Damlagets omklädningsrum!

Uppvärmning

Övningar

**Paus**

Bollek

**Lunch mellan**

Övningar

**Mellis i klubbhuset**

Bollek

Avslut

Fredag 14 juni: tema: Passning (tältet)

Måndag 17 juni: tema Skott/målvakt (uteplan Nacka IP 2)

Tisdag 18 juni : tema: Försvar (uteplan, Nacka IP 2)

Onsdag 19 juni: tema Anfall / Matcher /Avslut (uteplan Nacka IP 2)

**Hämtning och lämning**

Sker vid klubbhuset, om ungdomen går hem själv eller ska bli hämtad av färdtjänst/ taxi/ledsagare, meddela det till ledaren i början av dagen!

**Föräldrar/Vårdnadshavare**

Ni får givetvis komma förbi och titta på och kolla in vad barnen/ungdomarna gör!!

Vi vill att ni föräldrar/vårdnadshavare finns tillgängliga per telefon dessa dagar, om något mot förmodan skulle hända ert barn eller att vi behöver komma i kontakt med er!

**Träningsytor**

Vi kommer träna på plan:

Vi kommer ha tillgång till både fotbollstältet och övre planen Nacka IP 2, detta ger oss alla möjligheter att hantera vädret.

**Utrustning**

Alla deltagare får med sig en tröja, vattenflaska. Bollen får man sista dagen.

Att ta med:

Extra tröja, strumpor, träningsoverall, ett par extra skor (inomhus), regnjacka.

Vi ansvarar inte för värdesaker.

Ledarna har alltid telefon om någon behöver ringa!

**Mat**

Vi äter gemensam lunch i Eklidens matsal.

**Matsedel**:

**torsdag**: Kyckling i curry gryta med ris. Veg alt. Vegetarisk gryta.

**Fredag**: Pasta Bolognese veg. alt. Vegetarisk bolognese

**Måndag:** Korvstroganoff med ris, veg. alt. Vegetarisk stroganoff med ris

**Tisdag:** Kebabgryta, veg. alt. Vegetarisk kebab

**Onsdag:** Köttbullar, kokt potatis, gräddsås och lingon, vegetariskt alt. Falaffel med tomatsås.

Mellanmål serveras på eftermiddagen i form av smörgås, dricka och någon frukt. Vet ni att er ungdom/barn behöver extra påfyllning så skicka gärna med en extra frukt el. smörgås, informera gärna ledarna om det. Det behövs fyllas på med energi!

Finns det allergier eller andra behov av mat kontakta oss så fort som möjligt så att vi kan meddela köken om detta, om ni inte redan har anmält det via anmälningsformuläret.

**Sjukanmälan**

Görs via sms till ledarna : Tors-fre 13-14 juni Francisca Malfert tel nr. 070 730 88 25

 Månd-onsd 17-19 juni: Sven R Ohlson tel nr. 070 266 28 00

För att ev. få tillbaka anmälningsavgift vid sjukdom krävs läkarintyg.

**Ledare:**

torsdag 13/6 : Sven R Ohlson, Francisca Malfert, ungdomsledare: Max, Millan och Loway (Lollo)

fredag: Francisca, Lollo, Millan och Max

måndag: Sven, Lollo, Millan och Max

tisdag: Sven, Lollo och Millan

onsdag: Sven, Lollo och Millan

**Fotografering:**

Vi kommer fotografera under veckan och lägga ut bilder på vår slutna Instagramsida.

Järla If vill gärna också ta några bilder och lägga ut på deras hemsida. Om ni inte vill att ert barn/ungdom ska vara med på foto meddela det till ledarna. Vi kommer inte att publicera namn på deltagarna.

Om ni behöver komma i kontakt med de som arbetar på kansliet under sommarcampen så är mail, eller sms säkraste sättet att komma i kontakt med dem. SMS: 0708-98 10 11,

alt. 073 424 41 22. Mail: kansli@jarlaif.se, Marlene Yngve 073 976 93 70

Ring annars ledarna på plats. Adress: Nacka IP, Griffelvägen 13

**Varmt välkomna!** 