



Packlista cup



Match

- Matchtröja
- Matchshorts
- Benskydd och tejp/band
- Strumpor minst 2 par
- Fotbollsskor
- Träningsoverall
- Vattenflaska
- Hårnoddar/-spännen
- Hårspray
- Ev målvaktshandskar
- Egna skydd/tejp (knä/fotled)
- Gympa-/fritidsskor (vi går mycket mellan arenor och matställe)

Fritidskläder

- Underkläder
- Strumpor
- T-shirts
- Shorts
- Byxor
- Varmare tröja
- Regnkläder
- Jacka



Toalettsaker

- Tandborste
- Tandkräm
- Tvål
- Schampo
- Balsam
- Hårborste
- Handduk/duschhandduk
- Mensskydd

För natten

- Luftmadrass/liggunderlag (max 90cm) och pump
- Ev filt/lakan under madrassen för mindre gnissel
- Lakan och täcke eller sovsäck
- Kudde
- Gosedjur
- Pyjamas
- Ev sovmask
- Ev öronproppar

Övrigt som är bra att ha

- Ryggsäck/mindre väska för att hålla ordning på kläder och prylar vid matcher.
- Inneskor/tofflor
- Keps/solglasögon
- Mobilladdare
- Solskydd
- Galge att torka kläder på
- Skavsårsplåster
- Hörlurar
- Mobil/platta
- Mellanmål
- Vätskeersättning
- Kort/swish
- Kortlek, spel, bok
- Glasögon, linser, linsvätska
- Medicin om du behöver

Se till att märka upp dina saker.

Lycka till på cupen!