



## Praktisk info

### **Innsjekking første dag gjøres oppe i Kafeterien.**

Alle deltagere må hver dag registrere når de kommer og går fra campen. Dette gjøres hos gruppeledere.

Hallen vil være åpen fra kl. 07:00 hver dag, og det er viktig at de utøverne til de forskjellige gruppene møter i god tid i henhold til masterplan. **Møte opp i god tid for første registrering (beregnet 30 minutter ekstra første dag)**

### **Fremmøte:**

Gruppe 1 møter senest klokka 07:30 man-fre

Gruppe 2 møter senest klokka 08:45 man-fre

Gruppe 3 møter senest klokka 08:45 man-fre

### **Campledere er:**

Casper Knap tlf.: 416 98 680

Geir Gysler tlf: 454 04 149

Mathias Petterson tlf: 900 14 928

Det er alltid en ansvarlig campleder tilstede under hele campen, og campleder vil stort sett sitte plassert ved kafeteriaen.

I tillegg kan man kontakte gruppeledere/hjelpetrenerne kontaktinfo ligger på gruppeinndelingen.

Det vil bli lånt ut drakter i starten av campen, men gruppeledere står fritt til å forandre farger på draktene i gruppene.

Klubben har teknikkuler som blir brukt under off ice (barmark) øvelsene med kølleteknikk, og det er viktig at dette blir levert inn etter økten. Har du en kulle som blir brukt til off ice og teknikkule, ta det med.

Alle som har innebandykulle må ta med dette.

Alle må ta med seg sin egen vannflaske, og man må være flinke til å drikke under hele dagen.

Vi skal gjøre vårt for å forebygge tyveri, men det er viktig at hver enkelt utøver leverer inn sine verdisaker til sin gruppeleder hver dag.

Alle må stille med nyslippede skøyter. Det blir mulighet å slipe skøyter på søndagen før campstart (13 august) mellom kl 16:00 til 18:00. Hvis man i løpet av uken trener å få slippet skøytene så tar spilleren kontakt med **Geir Gysler** for å avtale. Fint om man melder dette inn i god tid før øktene. Foresatte kan hjelpe til med å knytte skøyter, men når de er ferdig med dette så er det fint at man forlater garderoben.

Alle må ta med treningsskift til aktiviteter utenfor is, det vil si ute og inne. Husk at det kan være litt kjølig og fuktig, så ta med noe ekstra skift i tilfelle regn.



Alle må ta med treningskift til aktiviteter utenfor is, det vil si ute og inne, og ta med noe ekstra skift i tilfelle regn.

Etter endt dag så må garderoben ryddes, da det er trening i hallen om kvelden.  
For spillere fra andre klubber vil det bli mulighet å sette igjen hockeybagger i hallen.

Vi sees  
Hasle-Løren ishockey yngres avd.

Det serveres ett varmt måltid, brød og drikke per dag. I tillegg er frukt tilgjengelig gjennom dagen.

**Viktig**, dersom noen barn har noe form for allergier, eller andre forhold vi bør vite om, så si dette til gruppeleder, og gi beskjed til de på kjøkkenet.