

RC nivå 2

28-30 nov, Lidköping

Avresa & Hemresa

Vi samlas utanför Skogstorp fredag **kl. 14.00 för avresa**. När gymnasterna samlas ska de ha **ätit en ordentlig lunch**. Vi beräknas vara tillbaka i Kumla igen på söndag någon gång runt 16.00.

Bilschema

Bil 1: **Tryck-Johan** (chaufför): Kajsa, Hanna, Frida L, Malin Mat, Frida F, Elin, Frida W, Becka & trampett

Bil 2: **Therese** (chaufför): Emma, Carro, Jossan, Julia

Bil 3: **Ännu oklar** (chaufför): Kicki, Mari, Anna, Malin Mö

Bil 4: **Jondelius pappa** (chaufför): Jondelius mamma?, Syskon 1?, Syskon 2?, Evelina

Schema för helgen

Följande upplägg gäller för helgen:

fre kl. 14.00	Samling utanför Skogstorp för avresa
fre kväll	Vi äter mat på McDonald´s + packar upp på skolan
lör 16.10	Förträning tumbling & hopp
lör 17.30	Kval (Vi är i pool 3)
lör kväll	Mat på skolan. Efter det har gymnasterna lite egen fri tid på vår skola.
sön kl. 11.20	FINAL (om vi gått vidare... ☺)
sön ca 12.40	Prisutdelning + hemresa

Packningslista

Följande "gymnastiksaker" tas med:

- **träningsoverallen**
- **svarta leggings** utan fothålla (inga hål tillåtet!)
- **3/4 GYMNAST-byxa** (de som inte har får låna av någon kompis...)
- det **svarta GYMNAST-linnet** med NAMN
- **sporttop** för de som önskar (endast SVART!)
- Mjukdress för de som önskar (dock ej tillåten under tävlingen!)
- **Spray, toffsar, hårspännen** (inte ett hårstrå som hänger löst är tillåtet!)
- eventuella **fot- & knäskydd** och skor
- eventuell **maskot**

Övrigt:

- **pengar till mat fre kväll & hemresa sön** och fickpengar
- eventuell **allergi- och/eller astmamedicin**
- **luftmadrass** eller liggunderlag (glöm inte pump om ni inte vill blåsa!)
- **sovsäck** eller sovtäcke
- **kudde**
- **pyjamas** eller liknande att sova i
- **hygienartiklar** så som: tandborste, tandkräm, liten och stor handduk, schampo, balsam, hårborste, deo, smink m.m.
- vanliga **ombyteskläder** och **ytterkläder** (det är 10 min promenad mellan skolan och tävlingshallen och det är vinter)
- **annat** så som: kamera, mobil, kortlek, spel, mp3-spelare, tidning, papper och penna m.m.

OBS!! Platsen för packning i bilarna är MINIMAL. Packa smått och så lite som möjligt! Hellre 2 små väskor än 1 stor... Ta till exempel inte med en dubbel luftmadrass för en person. Ni ska också orka bära eran egen packning till den plats där vi ska sova.