



## Packlista Saltsjö-Boo IF Flickor 03

### Att åka i

När vi representerar Saltsjö-Boo IF reser vi alltid i enhetliga kläder.

- Nike munkjacka
- Nike kortbyxor
- Tränings-t-shirt
- Jympaskor
- SBIF jacka (beroende på väderlek)

### Att packa i

- Saltsjö-Boo IF väskan
- Hellre (flera?) små och mjuka väskor en stor och hård

### Match

- Regn/höst/vinterjacka
- Zip-tröja
- Matchtröja hemma (svart)
- Matchtröja borta (vit)
- Helsvarta matchshorts
- Svarta strumpor
- Vita strumpor (bortaställ)
- Benskydd
- Skor efter underlag
- Vid kallt väder används svart underställ, svart eller orange mössa.
- Vattenflaska
- Väska för förvaring av prylar under dagen.

Beroende på väder

- Regnställ
- Solskyddsfaktor
- Keps (målis)

Samtliga matcher spelas med kortbyxor (med eller utan underställ).  
Overall används vid behov vid uppvärmning, inte under match.



## Övernattning

- Match / Träningskläder enligt ovan

### *Sovprylar*

- Luftmadrass/liggunderlag, normalt max 90 cm bred (oftast trångt i salar och i bilar)
- Ev. pump till luftmadrass (eller kolla med tränare/lagkamrat om man kan dela)
- Kudde
- Sovsäck / täcke
- Sovkläder
- Vid behov gosedjur

### *Toalettartiklar*

- Handduk
- Tvål, Schampo och övriga hygienartiklar
- Tandborste, tandkräm
- Hårborste, hårsnoddar, hårspännen
- Solskyddsfaktor (sommarhalvåret)

### *Mera kläder o skor*

- Saltsjö-Boo IF tränings T-shirts (alla)
- Träningsshorts
- Ombyteskläder (jeans, t-shirt, underkläder, strumpor etc)
- Tofflor/inneskor (skönt att ha!)
- Jympaskor

### *Övrigt*

- Gothia cup – Godkänd Id-handling (pass / legitimation)
- Väska (att ta med till träning/match med ombyteskläder och vattenflaska i)
- Fickpengar (beroende på aktivitet, normalt behövs inga fickpengar)
- Inga sötsaker (godis, läsk etc)
- Galge
- ev. kortlek och andra små icke-digitala tidfördriv
- Badkläder och hänglås (beroende på aktivitet)
- Bra humör :)