

Röd text är ny information som kommit till efter stormötet.

RESE PM- Sister City Soccer Cup 2010

Resan:

Samling vid 07,15 Gamla Wessels i Räppe, bussen avgår senast 08,00. **Medtag fika och lunch att äta på vägen ner till Köpenhamn.** Vi kommer hem på samma plats 17,30 den 10/7.

På flygplatsen i Köpenhamn är det viktigt att alla ställer upp sig i bokstavsordning, **lagvis, B15, B16, G15 o G16**, incheckning och kontroller kommer då att flyta mycket snabbare och smidigare, lyssna på ledarnas instruktioner.

Alla ska ha sina overaller på sig för att vi lättare ska kunna hålla reda på varandra och för att vi representerar SisterCitySoccerCup.

Det är viktigt att inte lämna sina väskor obevakade och meddela alltid någon ledare om vart du går, gå aldrig ensam, gå med en kompis.

Namna väskorna ordentligt och lägg en extra adresslapp inuti samt en kopia på ditt pass med adress till din värdfamilj, bagage kan komma bort på många olika vis.

På flygplanet kommer ni att slussas in i en viss ordning och måste då sitta där ni blir anvisade plats, och sen sitter vi där. Det finns regler för telefoner och annan elektroniskutrustning ombord på flyget som det gäller att följa.

Livsmedel får inte medtagas in i USA, men givetvis kan ni ha med detta för att äta på planet bara det är uppätet innan vi stiger av i USA. Man kan packa ner t.ex. Marabou choklad i resväskan. Packa solkrämen och större flaskor med lotion i resväskan. Vassa föremål som nagelfil och för säkerhets skull även mascaran ska också packas där.

Flygtiden är 9,5 timmar. Därefter bussresa på tre timmar till Duluth

Man får ha 2 väskor som får väga max 23 kg vardera och som får vara högst 158 cm sammanräknat längd + bredd + djup per väska i storlek plus 1 handbagage. Handbagaget får max väga 6 kg och vara 115 cm i alla led (L+B+H). Extra artiklar som får medtagas är ett ytterplagg, en handväska, ett paraply, en liten kamera, en kikare.

Läs mer om bagage på <http://www.icelandair.se/information>

För att minimera all risk för allergi på flyget **TAR INGEN JORDNÖTTER MED SIG.**

Att ta med:

- 1 Pass (giltigt till 2011-01-11) med elektronisk avläsning, dvs utfärdat senare än 2005. **Mycket viktigt!!!**
- 2 Försäkringspapper, (Reseförsäkring, individuell, från var och ens hemförsäkring).
- 3 Pengar (fickpengar i kontanter, i USD motsvarande 2500-3000 kr bör räcka). Ta inte med resecheckar eller svenska kronor. Om du har någon form av VISA kort så kolla att du har koden i siffror, inte i bokstäver eftersom det inte stämmer överens med USA:s system.
- 4 Tågluffarpåse är bra att ha.
- 5 Fotbollsutrustning (Packa gärna i en separat bag som du sen kan ha med till planerna när det är dags för match. Man byter om hemma hos värdfamiljen). Ryggsäck får du av

- projeket!. Tag gärna med några extra fotbollsstrumpor.
- 6 Vattenflaska (Det kan bli hett och det finns ingen skugga vid planerna.)
 - 7 Ipren eller andra värktabletter. Om du tar andra mediciner som du behöver ha med dig, kolla med din läkare om du behöver ha ett intyg med dig.
 - 8 Brukar du tejpa dina fötter när du spelar får du också ta med sådan tejp själv.
 - 9 Compeed eller liknande för ev. skavsår och kanske också någon mindre gasbinda/linda. Det kan också vara skönt att ha med någon fotkräm att smörja in fötterna med på kvällen. Vi har sjukvårdsväskor med oss men i dom finns det hjälp för akuta skador så annat du kommer att behöva tar du med dig själv.
 - 10 Solkräm (kan vara 35-40 grader denna tiden på året).
 - 11 Regnställ (jacka)
 - 12 Något annat klädesplagg än jeans och shorts. På t.ex. avslutningsmiddagen är det vårdad klädsel som gäller. **Dvs ej "kort-kort", t-shirt och shorts.**
 - 13 Kamera.
 - 14 Kanske någon form av dagbok- anteckningsblock, det är inte lätt att komma ihåg vad som hänt varje dag när man sen ska berätta hemma.
 - 15 Trippelbandtelefoner fungerar i USA men det är mycket dyrt att ringa.
 - 16 Tag gärna med några kort hemifrån på era nära och kära, dels för att kunna kika på när man saknar dem som mest och dels för att det är roligt för värd tjejen/killen att se hur alla ser ut och hur du bor.
 - 17 Glöm inte gåvor till värdfamiljens medlemmar. Det räcker med något litet tex Ahlgrens bilar och Marabou choklad. Övriga gåvor som glasgrej från Kosta och t-shirt kommer du att få av oss.
 - 18 **Tag med din egna USB sladd till kameran/telefonen för att kunna ladda över bilder till Sister Citys hemsida.**

Saker att tänka på och att diskutera inför resan:

- 1 Vi har absolut "nolltolerans" mot tobak, snus, alkohol och andra droger.
- 2 Förbjudet att göra tatueringar, piercing eller liknande i USA.
- 3 Ge dig aldrig ut på äventyr på egen hand och åk absolut inte med i bilar med okända eller där föraren är ung och oerfaren bilförare.
- 4 Hålla ordning på dina saker och håll ditt rum hos värdfamiljen städat, vilket också innebär en bäddad säng.
- 5 Erbjud dig att hjälpa till och fråga alltid om lov innan du bjuder hem någon.
- 6 Tänk på att du är gäst i ett nytt hem och att andra traditioner, kultur råder. Försök att känna av hur din familj gör saker och ting och anpassa dig därefter.
- 7 Använd alla tillfällen att prata språket.
- 8 Viktigt är också att du meddelar värdfamiljen dina matcher och i övrigt om du lämnar bostaden.

Värdfamiljen tillhandahåller handdukar och lakan och lånar förhoppningsvis ut hårtorkar. Om du i alla fall har något "elektriskt" måste den kunna ställas om från 220 volt till 110 volt och du måste ha en adapter.

Du kan under resan när som helst på dygnet ringa till oss ledare. Vi är med för er skull och ska hjälpa er så mycket vi kan. Givetvis tar alla sitt ansvar och följer de regler som gäller.

Ledarna kommer att bo på Holiday Inn Hotel & Suites och har telefonnummer 2187221202.

Kom ihåg att titta på hemsidan lite varje dag ifall några nyheter kommit in! För dig där hemma kan du läsa om vad vi gör dag för dag på bloggen och så kommer det att publiceras fotoalbum kontinuerlig. Länkarna hittar du lätt på www.sistercitysoccercup.se

Styrgruppen SCSC