



# Information till deltagare i Folksam-cup 2020

---

Grattis till er som ska åka med i Dalarnas lag på Folksam-cup 2020!

## Syfte

”Syftet med Folksam cup är att stimulera bra tränings- och tävlingsverksamhet i våra skiddistrikt som bidrar till sammanhållning och kamratskap med fokus på att fler ungdomar ska fortsätta med längdskidåkning hela livet. Samt erbjuda en rikstäckande tävling för åldersgruppen där det läggs fokus på såväl prestation som gemenskap och glädje.”(SSF, 2018).

## Resa

Vi kommer att åka gemensam buss upp till Järpen. Avfärd fredagen den 28/2 med upphämtning i Falun och Mora. Vi återkommer med exakta tider. Meddela vart ni stiger på bussen via mail till Micke Nolåkers (se kontaktuppgifter längst ner i brevet) Tag med eget mellanmål som ni kan äta under resan.

## Boende

För att alla ska få plats får deltagarna inte ha madrasser som är bredare än 90 cm. Mer information angående regler för boendet fås på plats och på Folksam-cups hemsida.

Då det finns folk som är allergiska råder det nötförbud under helgen.

Mikael Nolåkers, Hanna Barkegren kommer att bo på skolan med alla deltagare. Övriga föräldrar och vallare måste ordna med eget boende.

## Tävlingar

Varje kväll kommer vi att ha en gemensam samling Kl. 21.30 på boendet för att prata igenom nästkommande dag och informera om vad som sades på lagledarmötet. På plats på stadion har vi en gemensam samlingspunkt så att alla ska veta vart de ska.

## Vallning

All valla kommer att tillhandahållas av SSF genom en vallaleverantör på plats. Lämna all er valla hemma!

Vallansvarig från distriktet hämtar valla från leverantören.



Deltagare får max ha två tävlingskidor och ett tränings par med sig. Tävlingskidor ska vara rengjorda, med kallt grundparaffin på. Skidorna märkta med namn, 1,2 och träning.

Tävlingskidorna inlämnade senast 18:00 på fredagen. Samtliga tävlingar kommer att gå i fri stil.

Kommer att vara begränsat utrymme för vallning, all vallning ser i tilldelat utrymme. Klubbar med 3 deltagare kommer att få erbjudande om att ha vallare, därefter slumpvis utdelade. Föräldrar meddelar klubbansvarig om intresse, klubbansvarig meddelar namn på vallare till Anders Garfvé ( [anders.garfve@midroc.se](mailto:anders.garfve@midroc.se) ) senast 24/2. Separat info skickas till klubbansvarig.

För att det ska fungera smidigt måste vi alla hjälpas åt för att hela laget ska få så bra förutsättningar som möjligt.

## Laguttagning

Lagen till stafetterna tas ut i enlighet med DSF:s riktlinjer och sköts av DSF:s utsedda tränare Hanna Barkegren och Mikael Nolåkers.

## Kläder

Deltagarna kommer att få åka i Dalarnas tävlingsdräkt, men mössa kommer vi tyvärr inte kunna tillhandahålla i år. Ta därför med egen mössa.

## Återbud

Vid återbud betalas tyvärr inte anmälningsavgiften tillbaka, detta grundar sig i att största delen av anmälningsavgiften är beställd mat mm som arrangörerna inte kan avboka.

## Övrigt

Mer information angående alla ovanstående delar finns på Folksam-cups hemsida, <http://folksamcup.se/>



## Frågor eller synpunkter

Hanna Barkegren, ansvarig DSF verksamhet för 15-16åringar.

076-777 96 67

[hanna.ba@live.se](mailto:hanna.ba@live.se)

Mikael Nolåkers

070-311 88 45

[styrman70@gmail.com](mailto:styrman70@gmail.com)

Vi ses på bussen!

/Hanna och Mikael