

## **Veileder for lag som deltar i Norbottenserien: U14, U13, U12, U11**

- Før man melder på lag skal det gis god informasjon til foresatte om kostnader, reiselengde, bussregler og forelderenes rolle.
- Det skal alltid, av sikkerhetsmessige grunner anvendes buss som transport på alle reiser som er over 4t kjøretur.
- Ved lengre reiser (over 7 t) anbefales avreise på Torsdag om kamper avholdes på fredagen. Dette for at spillere skal ha best mulig muligheter sportslig sett.
- Laget skal bo sammen når de er på reise. Dette pga inkludering, sosialt samvær og utvikling av laget.
- Husk å sjekke om dommere skal betales kontant i SEK. Dette må være klart rett etter kamp.
- Klubben anbefaler et sunt kosthold på reiser da dette gir bedre humør og øker spillegleden.
- Lagleder skal alltid ha med seg liste over foresatte til alle spillere.
- Det er ikke tillatt å bruke barn under 10 år på disse reisene iht til barneidrettsbestemmelsene til NIHF. Vi følger disse i TIHK.
- Det er lurt å planlegge måltider nøye på veien da det ofte er lang i mellom mulighetene.