💛🖤

Eskilscupen 2026

Information till spelare och föräldrar

Åsa IF F16

📅 **30 juli – 2 augusti 2026**

📍 **Helsingborg**

🏫 **Boende: Gustavslundsskolan**

Nu är det äntligen dags för sommarens stora äventyr!

Under fyra dagar väntar fotboll, gemenskap, skratt och minnen för livet. I det här kompendiet har vi samlat all information ni behöver inför Eskilscupen.

Peter Westman

VÄLKOMMEN TILL ESKILSCUPEN! 3

VÅR FILOSOFI - MER ÄN BARA FOTBOLL ⚽💛 4

PROGRAM 5

RESAN TILL HELSINGBORG 🚌 7

BOENDE 🏨 8

MAT 🍽️ 9

💛🖤 VÅRA LAG 10

- ⚫ ÅSA IF SVART 10
- 🟡 ÅSA IF GUL 11
- 🧤 MÅLVAKTER UNDER CUPEN 11

FREDAGENS MATCHER ⚽ 12

- 💛 ÅSA IF GUL 12
- 🖤 ÅSA IF SVART 12

INVIGNINGSPARADEN 🎉 13

VÅRA REGLER 💛🖤 14

MOBILPOLICY 📵 15

FICKPENGAR 💰 16

PACKLISTA 17

INFORMATION TILL FÖRÄLDRAR ❤️ 19

VANLIGA FRÅGOR & KONTAKT 20

- VANLIGA FRÅGOR 20
- KONTAKT 📞 20

Välkommen till Eskilscupen!

Nu är det äntligen dags för en av årets absoluta höjdpunkter!

Under fyra dagar kommer tjejerna att få uppleva massor av fotboll, nya möten, gemenskap och förhoppningsvis minnen som de kommer bära med sig länge.

För oss ledare handlar Eskilscupen om mycket mer än resultaten på planen.

Vi vill skapa en trygg miljö där alla känner sig delaktiga, där laget växer tillsammans och där tjejerna får utvecklas både som fotbollsspelare och som lagkamrater.

Det här dokumentet innehåller all information ni behöver inför cupen. Skulle något ändras eller kompletteras kommer vi självklart att informera om det i vår WhatsApp-grupp.

Har ni frågor inför avresan är ni alltid välkomna att höra av er till någon av oss ledare.

Nu ser vi fram emot några fantastiska dagar tillsammans!

/Johnny, Filip, Kristofer & Peter

Vår filosofi - Mer än bara fotboll ⚽💛

Eskilscupen handlar om mycket mer än att vinna matcher.

Vi vill att tjejerna ska åka hem med:

💛 Nya vänskaper

🖤 Stärkt självförtroende

💛 Gemenskap

🖤 Mod att våga prova

💛 Glädje

🖤 Minnen för livet

Vi vill att tjejerna ska känna att de är en del av något större än bara ett fotbollslag. Att de stöttar varandra, firar tillsammans och hjälper varandra när det går motigt.

Resultaten är viktiga, men upplevelsen är ännu viktigare.

Program

Torsdag 30 juli

10:00 – Samling Åsa IP för fotografering

11:30 – Bussarna avgår mot Helsingborg

Ca 15:00 – Incheckning på Gustavslundsskolan

Ca 16:30 – Gemensam pizza tillsammans med föräldrarna (mer information kommer)

17:30 – Uppställning inför paraden

18:00 – Paraden startar

18:45 – 19:45 – Invigningsceremoni

Fredag 31 juli

06.00–09.00 – Frukost

11.00–14.00 – Lunch

⚽ Gruppspel (se separat sida för tider)

17.00–20.30 – Middag

⚽ Gruppspel (se separat sida för tider)

Lördag 1 augusti

06.00–09.00 – Frukost

⚽ Matcher (tider kommer fredag kväll)

11.00–14.00 – Lunch

⚽ Matcher/slutspel (tider kommer fredag kväll)

17.00–20.30 – Middag

🎉 Gemensam kväll med laget och föräldrarna

Söndag 2 augusti

06.00–09.00 – Frukost

⚽ Slutspel (tider kommer lördag kväll)

11.00–14.00 – Lunch

🚗 Hemresa

Resan till Helsingborg 🚌

Vi reser tillsammans med övriga Åsa IF-lag.

Samling & fotografering

📍 Åsa IP
🕙 10.00

Avresa

🚌 11.30

När vi kommer fram installerar vi oss på Gustavslundsskolan innan vi åker vidare mot invigningsparaden och möter upp med föräldrarna för lite pizza.

🥪 **Glöm inte att packa ner lunch till bussresan**, då vi äter på vägen ner till Helsingborg.

🚗 Hemresa

Efter cupens sista matcher på söndagen **åker spelarna hem tillsammans med sina föräldrar i bil**. Det går **ingen gemensam buss tillbaka till Åsa**, så vi ber alla familjer att planera hemresan på egen hand.

Boende 🏫

Vi kommer att bo på **Gustavslundsskolan** tillsammans med flera andra Åsa IF-lag.

Spelare och ledare kommer att bo i klassrum på skolan.

Vi hjälps åt att hålla ordning och skapa en trivsam miljö under hela vistelsen.

På skolan finns:

✔️ Toaletter
✔️ Matsal
✔️ Gemensamma samlingsytor

Duschmöjligheter finns i närheten av skolan och vi går dit tillsammans när det är dags att duscha. Vi kommer att behöva hjälp av några kvinnliga föräldrar vid dusch och ombyte under helgen.

Vi hjälps alla åt att hålla våra sovsalar rena och snygga.

Mat 🍽️

Alla måltider serveras av Eskilscupen.

Fredag

🥣 Frukost 06.00–09.00

🥪 Lunch 11.00–14.00

🍝 Middag 17.00–20.30

Lördag

🥣 Frukost 06.00–09.00

🥪 Lunch 11.00–14.00

🍝 Middag 17.00–20.30

Söndag

🥣 Frukost 06.00–09.00

🥪 Lunch 11.00–14.00

Specialkost är anmäld i förväg.

💛🖤 Våra lag

Lagindelningen är gjord utifrån flera olika faktorer, bland annat för att skapa två jämna lag och ge alla spelare de bästa förutsättningarna att utvecklas och ha roligt under cupen.

Även om vi spelar i två olika lag är vi **ett och samma Åsa IF F16**. Vi kommer att bo tillsammans, äta tillsammans, resa tillsammans och heja på varandra under hela helgen.

⚫ Åsa IF Svart

Ledare

Kristofer
Peter

Spelare

Agnes
Alva
Julia C
Klara K
Linnea K
Milou
Linnea B
Vera
Julina
Matilda

🟡 Åsa IF Gul

Ledare

Filip
Johnny

Spelare

Clara E
Dahlia
Julia M
Lily
Vilja
Olivia PE
Thelma S
Thelma T
Nicole
Mildred
Lowa

🧤 Målvakter under cupen

För att alla ska få möjlighet att utvecklas kommer vi, precis som tidigare, att hjälpas åt med målvaktsspelet under cupen. Flera spelare kommer därför att få prova på att stå i mål under någon eller några matcher.

Vi uppskattar om ni som föräldrar pratar med era barn redan innan cupen och uppmuntrar dem att våga testa. Vi hjälps åt att skapa en positiv upplevelse där alla känner sig trygga och stöttade.

Fredagens matcher ⚽

📍 Spelplats: Laröds IP

🚌 Vi åker gemensamt med cupbuss från Gustavslundsskolan till Laröds IP. Exakt avgångstid meddelas senare. Vi planerar resan så att båda lagen är på plats i god tid före den första matchen klockan 14.40 och hinner byta om, värma upp och förbereda sig.

💛 **Åsa IF Gul**

Tid	Motstånd	Plan
15.20	Billesholms IK	Laröds IP E
17.20	BK Höllviken Vit	Laröds IP E
19.20	Eskilsminne IF 1	Laröds IP F

🖤 **Åsa IF Svart**

Tid	Motstånd	Plan
14.40	Mörarps IF	Laröds IP E
16.40	Ängelholms FF	Laröds IP E
18.40	Allerums GIF	Laröds IP F

Vi ser gärna att tjejerna stannar med laget mellan matcherna så att vi kan äta, vila och heja på varandra under hela dagen.

Invigningsparaden 🎉

På torsdagskvällen deltar vi i Eskilscupens invigningsparad tillsammans med tusentals spelare, ledare och supportrar från Sverige och andra länder.

Vi samlas i Stadsparken innan paraden går genom Helsingborgs centrum och avslutas med invigning vid Kärnan.

Vi hoppas att många föräldrar redan hunnit komma till Helsingborg och vill träffa oss innan paraden.

Föräldragruppen hjälper till att ordna en gemensam pizzastund innan vi går mot invigningen.

Det blir en fantastisk start på cupen!

Våra regler 💛🖤

✔ Vi tar hand om varandra.

✔ Ingen lämnas ensam.

✔ Vi håller tider.

✔ Vi visar respekt mot domare, motståndare och funktionärer.

✔ Vi hjälper till att hålla ordning.

✔ Vi representerar Åsa IF på bästa sätt.

✔ Vi berättar alltid för en ledare om något känns jobbigt.

✔ Vi gör alltid vårt bästa.

Mobilpolicy 

Vi vill att Eskilscupen ska bli fyra dagar där tjejerna verkligen är tillsammans och får möjlighet att umgås, skratta och skapa minnen med varandra.

Därför kommer vi, precis som under träningslägret, att samla in mobiltelefonerna under större delen av cupen. Vår erfarenhet är att det leder till mer gemenskap, fler samtal och fler spontana aktiviteter. Tjejerna spelar spel, pratar och hittar på saker tillsammans på ett sätt som lätt försvinner när alla har fri tillgång till sina telefoner.

Självklart kommer de att få möjlighet att använda sina telefoner vid överenskomna tillfällen, till exempel för att ringa hem eller om det finns något särskilt behov. Övrig tid förvaras telefonerna hos ledarna.

Om ni som föräldrar behöver komma i kontakt med ert barn går det alltid bra att ringa någon av oss ledare.

Fickpengar 💰

Vi rekommenderar att spelarna har med sig **300 kronor** i fickpengar.

Det räcker gott till glass, godis, dryck eller någon liten souvenir under cupen.

Swish fungerar på de flesta ställen, men det kan vara bra att även ha med en mindre summa kontanter.

PACKLISTA

💡 ***Tips!*** Märk gärna alla kläder och utrustning med spelarens namn.

Matcher

- O 2 st vattenflaskor
- O Fotbollskor
- O Benskydd
- O Åsa IF matchtröja
- O Åsa IF matchshorts
- O Fotbollsstrumpor – svarta (så många ni har)
- O Åsa IF träningsoverall
- O Väska/träningsbag
- O Regnställ (regnjacka / byxa)

Sova

- O Sovsäck / Täcke & Kudde
- O Lakan & Liggunderlag / luftmadrass (märk påse med namn, max 90 cm bred)
- O Öronproppar (om man är ljudkänslig)
- O Ögonbindel / Sovmask (En del klassrum är ljusa, finns på apotek)
- O Pyjamas

Fritid

- O Gympaskor
- O Underkläder/strumpor
- O Varmare tröja/hoodie
- O Badkläder + badhandduk
- O Plastpåse för smutstvätt
- O Fickpengar
- O Sandaler / flip-flops
- O Ryggsäck / väska (för packning mellan matcher)
- O Eventuell bok, kortlek mm
- O Ombyte då vi inte spelar (mysbyxor, tröja, jeans, shorts)
- O 2 x märkta galgar (praktiskt att hänga upp matchkläder)

- O 6 x klädnypor (praktiskt att hänga upp matchkläder)
- O Tidningspapper att stoppa i blöta skor
- O Keps

Hygien

- O Tandborste / Tandkräm
- O Schampo / Balsam / Duschtvål
- O Deodorant
- O Duschhandduk
- O Solkräm
- O Necessär med övrigt
- O Eventuella mediciner
- O Compeed plåster

Information till föräldrar ❤️

🍕 Torsdag

Inför invigningsparaden hoppas vi kunna samlas för en enkel pizzastund tillsammans med tjejerna. Föräldragruppen hjälper till att samordna detta.

🎉 Lördag

Efter middagen planerar vi en gemensam kväll där spelare, ledare och föräldrar kan umgås. Föräldragruppen återkommer med upplägg, kanske kubb, brännboll eller någon annan aktivitet.

🚿 Hjälp på skolan

Vi kommer att behöva några kvinnliga föräldrar som kan hjälpa till vid dusch och ombyte under helgen. Det behöver inte vara samma personer varje gång, vi hjälps åt så att tjejerna känner sig trygga.

🚗 Transport efter fredagens matcher

Efter fredagens sista matcher behöver vi hjälp av föräldrar med transport av spelare och ledare från Laröds IP tillbaka till Gustavslundsskolan. Den sista matchen börjar klockan 19.20 och vi räknar med att vara klara omkring klockan 20.00. Vid den tiden fungerar cupbussarnas anslutningar inte för vår hemresa. Mer information om samordning och antal bilplatser kommer närmare cupen.

VANLIGA FRÅGOR & KONTAKT

Vanliga frågor

Får tjejerna lämna skolan själva?
Nej, spelarna rör sig alltid tillsammans med laget eller efter överenskommelse med en ledare.

Får de följa med sina föräldrar en stund?
Ja, självklart! Prata bara med en ledare innan, så att vi vet var spelaren befinner sig och när hon kommer tillbaka.

Vad händer om någon blir sjuk eller ledsen?
Vi finns tillgängliga dygnet runt och kontaktar självklart vårdnadshavare om det behövs.

Hur får vi information under cupen?
Vi uppdaterar löpande vår WhatsApp-grupp med information, bilder och eventuella förändringar.

Kontakt 📞

Peter	070-720 56 14
Filip	073-054 01 01
Johnny	070-861 36 59
Kristofer	072-218 32 07

För många av tjejerna kommer Eskilscupen att bli ett av sommarens allra största minnen. Vi är både stolta och tacksamma över att få dela den här upplevelsen tillsammans med dem.

Tack för förtroendet och för allt stöd ni ger laget under året. Nu ser vi fram emot fyra dagar fyllda av fotboll, gemenskap, glädje och massor av fina minnen.

Nu kör vi! 💛🖤⚽