



Manual – Anordna cup

Både egna och fasta cuper enligt Årshjulet



Planering & tillstånd

Starta med att söka tillstånd för er cup.

Fyll i blanketten och maila den till kansli@sorskogensif.se så ordnar kanslisten ansökan till **Stockholms Fotbollförbund**.

Maila inte blanketten själv – det är viktigt att den kommer från föreningen, så vi har tillståndet sparat.

🔗 **Länk till StFF för blanketten:** [Sanktionerade Cuper – Stockholm \(stff.se\)](https://stff.se/SanktioneradeCuper-Stockholm)



Tips:

- Sätt datum i god tid och boka plan/planer.
- Kontrollera att cupen inte krockar med andra större arrangemang. (tex andra föreningar som anordnar cuper samma helg)
- Boka cafeterian.
- Informera fotbollssektionen och andra berörda lag. Tex om ni behöver ha dubbla åldersgrupper på cupen.



ProCup

Sörskogens IF har inlogg till **ProCup**, som kan användas för att skapa cupsida för inbjudan och hantera cupen under dagen.

- ♦ Webbplats: www.procup.se
- ♦ För användarnamn och lösenord – maila: kansli@sorskogensif.se



Tips:

Skapa inbjudan, spelschema och laginformation i ProCup för ett tydligt och professionellt upplägg.



Anmälningar & spridning

För att få lag att anmäla sig behöver ni sprida inbjudan på många sätt.

Det är ofta flera cuper samma helg, så var ute i god tid – gärna **flera månader innan**.

💡 Så här sprider ni inbjudan:

- Maila andra föreningar och lagledare. Ta en ringkväll, där ni faktiskt ringer ledarna.
- Publicera inbjudan i sociala medier och relevanta Facebook-grupper.
- Kontakta ledare via **MinFotboll** (många har kontaktuppgifter där).
- Dela i WhatsApp-grupper för aktuella årskullar.
- Be andra ledare i föreningen om hjälp att sprida.

📞 Ju större spridning ni får, desto större chans till många anmälningar.

💰 Anmälningssavgift

Ta in en **anmälningssavgift** från deltagande lag.

Vi rekommenderar minst **1000 kr per lag** – den ska täcka kostnader för domare och eventuella medaljer.

⚠️ Sörskogens IF:s egna lag deltar kostnadsfritt!

Skapa en tydlig budget för:

- Domararvoden
- Medaljer / priser
- Förbrukningsmaterial (kaffe, korv, kol etc.)

☕ Cafeteria & försäljning

Här finns goda möjligheter till **intäkter**. Ni har tillgång till cafeterian och kan även sälja utomhus.

📅 Vill ni ha hjälp med inköp av varor?

Kontakta linda@sorskogensif.se minst **tre veckor i förväg**.

Ni väljer själva sortiment – **hamburgare och toast går alltid bra!**

📋 Kom ihåg:

- Gör **egna swishlappar** till den som ska ta emot betalningarna.
- Gör **egna prislistor** – använd cafeterians som mall = samma priser på varor som finns att köpa i cafeterian.
- Ordna gärna ett **lotteri** (chokladhjul finns att låna).
- Be föräldrar bidra med priser eller sponsring.

💡 Lotteri är ofta ett mycket uppskattat inslag!

Domare

Laget som arrangerar cupen står för **domararvodet**.
För cuper används Sörskogens egna föreningsdomare.

 Kontakta:

- **Ebba Ashnagar** – ebba.ashnagar@hotmail.se
- **Linda Strömqvist Meuzelaar** – linda.meuzelaar@gmail.com

Uppge åldersgrupp och speltider så hjälper de till att boka domare.

 Ersättningen betalas sedan ut via föreningen (för redovisning till Skatteverket).
Ni som lag sätter in summan till Sörskogen i efterhand.

Städning

Lagets föräldrar ansvarar för **städning** av cafeterian, omklädningsrum och toaletter.

 **Under dagen:**

- Plocka skräp löpande kring planen.
- Håll koll på toaletterna flera gånger i timmen.
- Håll rent i och runt caféterian.

 **Efter cupen:**

- Städning av alla utrymmen.
- Töm sopor, plocka bort skyltar och material.
- Lämna allt i gott skick.

Utrustning

Föreningen har följande att låna:

- Två tält (3×3 m)
- Uppfällbara bord
- Högtalare för musik
- Grillar (i stora containern)

 Ni behöver själva köpa **kol och tändvätska**.

 Kontrollera att allt material finns i god tid innan cupen börjar.

Tips under cupdagen

- Kom i god tid för förberedelser.
- Sätt upp skyltar, schema och info.
- Testa el, högtalare och toaletter.
- Hälsa deltagande lag välkomna.

- Uppmuntra till **fair play och god stämning**.
- Ta gärna bilder (med samtycke) och lägg upp ett **tackinlägg** på föreningens sociala medier efteråt.



Efter cupen

- Räkna kassan och redovisa intäkter/utgifter till laget.
- Eventuellt överskott går till lagkassan (om inte annat är beslutat).
- Utvärdera vad som fungerade bra och vad som kan förbättras inför nästa gång.
- Skicka gärna en kort återkoppling till fotbollssektionen.

❤️ Lycka till med er cup!

Ni representerar **Sörskogens IF** – visa vårt engagemang, vår laganda och gör dagen till en rolig upplevelse för alla deltagare och besökare! 🏆❤️