

# Velkommen til Umbro Supersommer 2026!

Vi gleder oss til å ønske velkommen til en uke fylt med håndball, aktivitet, nye vennskap og gode opplevelser på Umbro Supersommer 2026.

Gjennom uka vil deltakerne få oppleve håndballtreninger med dyktige instruktører, beachhåndball, fysisk trening, padel, bowling/lasertag, sosiale aktiviteter og mye moro sammen med håndballvenner fra hele landet.

## Innsjekk mandag

Innsjekk skjer på Elverum ungdomsskole mandag mellom kl. 12:00 og 13:15.

Alle deltakere må være registrert og sjekket inn senest kl. 13:15.

Kl. 13:20 gjennomfører vi et felles informasjonsmøte for alle deltakere i auditoriet før aktivitetene starter.

## Utsjekk fredag

Fredag avsluttes håndballskolen i Elverumshallen.

Utsjekk skjer på Elverum ungdomsskole mellom kl. 12:00 og 13:00.

Alle deltakere må være hentet senest kl. 13:00.

## Overnatting

Alle deltakerne skal bo på klasserom på Elverum ungdomsskole.

Deltakerne må ha med:

- Madrass eller liggeunderlag
- Dyne og pute eller sovepose
- Sengetøy dersom man bruker dyne

Vi ber om at store dobbeltmadrasser ikke tas med, da disse opptar mye plass på klasserommene.

Det vil være tilstrekkelig med klasserom slik at deltakerne i størst mulig grad får bo sammen med dem de ønsker.

Informasjon om romfordeling gis ved innsjekk.

## Ansvarlig for Umbro Supersommer er:

**Mads Fredriksen**

Telefon: 482 51 460

## Måltider

### Frokost

Tirsdag–fredag fra kl. 07:30.

### Middag

- Mandag kl. 17:00–19:30
- Tirsdag kl. 17:00–19:30
- Torsdag kl. 17:00–19:30

### Grillparty

Onsdag kl. 19:00–21:00.

Elverum Håndballs A-lagsspillere kommer på besøk og griller pølser gjennom hele arrangementet.

### Fredag

Alle deltakere får utdelt bagett fra Big Bite før hjemreise.

### Lunsj

Alle deltakere må ha med:

- Matboks
- Drikkeflaske

Det vil være tilgjengelig brødmat slik at deltakerne kan smøre med seg matpakke til lunsj hver dag.

Det er også mulig å kjøpe mat og drikke på butikk eller kafé for dem som ønsker det.

## Umbro-pakke

Alle deltakere får utdelt sin Umbro-pakke mandag kveld.

Vi anbefaler at alt utstyr merkes med navn.

## Fotball-VM på storskjerm

Natt til tirsdag vises Norges VM-kamp mot Senegal på storskjerm i auditoriet på Elverum ungdomsskole.

Visningen starter kl. 02:00 og varer til ca. kl. 04:00.

Dette er et frivillig tilbud.

Alle aktiviteter tirsdag gjennomføres som planlagt uavhengig av om deltakerne velger å se kampen eller ikke.

## Mobiltelefoner og ro på klasserommene

- Det skal være stille på klasserommene mellom kl. 23:00 og 07:00.
- Telefon, nettbrett og PC skal ikke brukes på klasserommene i dette tidsrommet.
- Alle deltakere skal bidra til å holde orden på klasserom og fellesområder.

## Diverse

- Man må møte opp i god tid til øktene sine, slik at man er klar til å starte når økten starter. Aktivitetsplaner ligger i eget dokument.
- Alle skal gå til aktivitetene man er satt opp på – med unntak av Padel-økten på onsdag. Da tar man buss fra Elverum Ungdomsskole, og man tar buss tilbake til skolen etter økten. Se eget dokument for busstider.
- Ved skader eller sykdom blir foresatte kontaktet for å finne best mulig løsning for deltakeren.
- Alle grupper følges av en spiller fra Elverum Håndballs rekrutt-lag. Han vil være første kontaktpunkt dersom man har spørsmål.
- Det har tidligere blitt sendt ut info via Spond til deltakerne. Dette blir ikke gjort i år, da dette har skapt mer kaos enn nytte. Så vi gjør det på gamlemåten, og ber om at deltakerne har med seg opplegg og info slik at de kan holde seg oppdaterte gjennom uka.
- Ukeplan og info vil også henge på ulike steder på Elverum Ungdomsskole.

## Regler og forventninger

Vi forventer at alle deltakere:

- Viser respekt for deltakere, trenere og ledere
- Følger beskjeder fra ledere og trenere
- Bidrar til et trygt og inkluderende miljø
- Holder orden på egne eiendeler og soveplasser

Grove eller gjentatte brudd på regler, instruksjoner eller alminnelig god oppførsel vil føre til hjemsendelse fra håndballskolen.

Vi gleder oss til å se dere på Umbro Supersommer 2026!