

Här hittar du en lista som du kan använda som underlag när du packar. Säkert kommer du på fler saker du vill ha med. Mycket av det som finns i listan kan du köpa i vår webbshop [www.k-skate.se](http://www.k-skate.se) [www.k-skate.se](http://www.k-skate.se) .

### **I skridskoväskan**

Skridskor  
Hårda skydd  
Mjuka skydd  
Skruvmejsel  
Ankelskydd (Bunga pads)  
Skovskavskydd (Geleplattor, skummgummi mm)  
Skridskosnören  
Skridskotejp (om du brukar tejpa)  
Snörspännare (om du har nya skridskor och svårt att dra åt)  
Doftpåsar  
Handduk eller sämskinn att torka skenorna med  
Socker (utan söm)  
Vantar  
Hårspännen och snoddar  
Vattenflaska  
Hopprep  
Eventuell träningsutrustning som spinner och flex stretcher  
Programmusik  
Eventuellt huvudskydd eller hjälm

### **I necessären**

Duschtvål  
Shampoo, balsam och eventuellt andra hårprodukter  
Hårtork  
Borste  
Snoddar och spännen  
Deo  
Plåster  
Eventuella mediciner  
Solkräm  
Smink  
Handsprit  
Munskydd

### **Sängkläder**

Täcke (ej till Gotland)  
Kudde (ej till Gotland)  
Lakan och örngott  
Säng eller luftmadrass (till vissa läger – kolla vad som gäller- till Gotland om man vill men sängar finns)  
Handdukar (både till dusch och strand)

## **I resväskan**

**Träningskläder till is och uppvärmning** (antal ombyte beror på hur länge du skall vara på läger och om det finns möjlighet att tvätta)

- Byxor
- Linne
- Toppar
- Jacka
- Strumpbyxor
- Kjol
- Klänning
- Sockor (utan söm)
- Vantar
- Skor till uppvärmning

**Träningskläder till dans och off-ice** (antal ombyte beror på hur länge du skall vara på läger och om det finns möjlighet att tvätta samt om du har både dans och off-ice)

- Skor till dans (balett- eller gymnastiskor med delad sula alternativt halksockar)
- Kortbyxor, kjol och eller leggings
- Toppar
- Inomhusskor till off-ice (ej till Gotland)

## **Övriga kläder**

- Vardagskläder och skor
- Myskläder
- Regnkläder – gärna en regnponcho att bära mellan ishall och förläggning
- Strandkläder
- Underkläder
- Nått att sova i

## **Övrigt**

- Kortlek, pysselbok
- Anteckningsbok och pennor
- Mobiltelefon
- Laddare
- Hörlurar
- Gosedjur
- Böcker, tidningar
- Fickpengar