**Förberedelse inför match.**

Gå och lägg dig i tid kvällen innan match.

Inget socker/godis, energidryck innan match på matchdagen.

Ha alltid kläder med för uppvärmning utomhus.

Blå tröja till hemmamatch.

Vit tröja till bortamatch

Kom förberedda och inställda på match.

Kom i tid till samlingen