

## Utstyr til lag og spillere

Alle lag får spillertrøyer av klubben, mens spillerne selv holder blå kortbukse og blå fotballstrømper. Spillerne oppbevarer selv spillertrøyene så lenge de er medlem av klubben, siden skal de leveres tilbake til trener eller lagleder.

På treninger og kamper skal alle spillere møte med leggskinner, drikkeflaske og fotballsko.

### Sko ute og inne

Det mest praktiske er å bruke kunstgress-sko. De går fint både på kunstgress, grus, vanlig gress - og på snø om vinteren. Til innetrening går det bra med helt vanlige joggesko. For barn som er i vekst, kommer man langt med sko til noen få hundre kroner. Man får gode sko for en slik pris hos de store sportsbutikkene.

### Fotballer

Alle spillere holder selv ball til trening og har med seg denne på hver trening. Spillerne skal lære seg å stelle og ta vare på en fotball. Til vanlig trening klarer det seg bra med en ball til 150-200 kroner. De aller yngste (6-8 år) kan bruke 3er-ball, evt 4er. Fra 8 til rundt 14-15 år er 4er-ball det beste, før man går over til 5er for ungdom og voksne.



### Lagledere og trenere

Alle lagledere og trenere får overtrekksjakke med Haugerudprofil. Vi har som mål at våre frivillige skal få mer utstyr som profilerer klubben.

### Utstyr fra Gresshoppa

Fra 2014 har Haugerud IF (hele klubben) utstyrsavtale med Gresshoppa. De har utsalg i Tvetenveien 30 på Brynseng. Gresshoppas hjemmesider: [www.gresshoppa.no](http://www.gresshoppa.no) Fotballgruppa bestiller vårt utstyr der (drakter, treningsutstyr, baller, vester osv), og det kommer en mulighet for å gjøre det samme for spillere og foreldre. Da blir det en egen hjemmeside med Haugerud-priser.

### Utstyr til lagene

Hvert lag skal ha en Haugerud-bag med følgende minimumsutstyr:

- To matchballer
- Overtrekksvester til treningsbruk (og evt på kamper der lagene har like drakter)
- Et sett med kjepler
- Tre dommerfløyter
- Førstehjelpsskrin med det mest nødvendige av forbindingsaker
- Et antall isposer
- Fotballpumpe

Når en trenger påfyll av utstyr, avtales dette med materialforvalter: Efrem Mesfun, mobil 950 21 738 og [efrem.mesfun@gmail.com](mailto:efrem.mesfun@gmail.com)