



# KARLSTADS VOLLEYBOLLKLUBB

---

## MEDVÄSKEANSVARIG

Ansvarig utses inom laget.

### Den som är ansvarig ska:

- Se till att medväskan tas med till och från match.
- Kontrollerar så att allt nödvändigt finns i medväskan – om något fattas se till att det fylls på! Meddela föreningens ansvariga om något fattas eller håller på att ta slut, så hjälper någon av dem dig att fylla på.
- Checka in/ut medväskan inför och efter match. Pappret sitter innanför en av dörrarna till förråd "match". Man skriver vilken väska man tagit (vilket nummer som står på lappen), vilket datum man hämtar ut den samt namn vem det är som hämtat ut den. Vid återlämning ange datum och namn. OBS! Medväska ska vara åter veckan efter att man har haft med den på match!
- Har man som ansvarig förhinder vid ett matchtillfälle, ser man till att någon annan i laget ansvarar för ovan punkter.

### Detta ska finnas i medväskan:

- Två dauerbindor
- Två ispåsar
- Coachtape
- Plåster
- Sax
- Pincett
- Alvedon/Ipren
- Mensskydd (bindor/tamponger)
- Liniment (tigerbalsam)
- Vätskeersättning

**Föreningens ansvariga** över medväskorna och påfyllnadslager: Anna Ingels & Siri Promrit