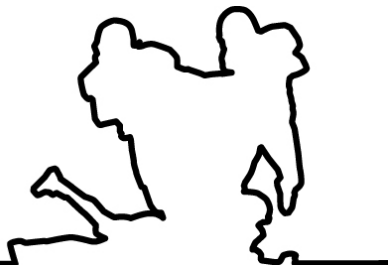




GRIFFINS FOOTBALL



UTRUSTNINGSLISTA



1. Hjälm

Griffins har hjälm och axelskydd till uthyrning. Vi kommer att meddela, när vi kommer anordna utprovning, detta kommer ske på Hästhagen IP. Dock så reserverar vi oss för att det eventuellt inte finns alla storlekar. Vad gör man då?... läs längre ner om olika sätt att köpa begagnat eller nytt.

2. Axelskydd

Se ovan text om hjälm

3. Byxor + bälte

Griffins spelar i vita byxor (ingen annan färg är tillåten). Dessa måste köpas (begagnade/nya). Barnen behöver ett par byxor för träning, dessa kan vara valfri färg, t ex svarta, så slipper ni tvätta dem så ofta... gräsfläckar syns inte på svart...

4. Pads

Till byxorna ska det alltid finnas skydd, det finns olika skydd för olika kroppsdelar, samtliga ska användas. Dessa måste köpas (begagnade/nya).

5. Cleats (Fotbollsskor)

Vanliga fotbollsskor med dubbar, fungerar hur bra som helst. Dessa måste köpas (begagnade/nya).

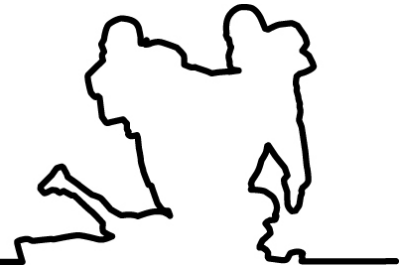
6. Mouthguard

Tandskydd, finns i olika modeller. Måste alltid användas. Bör köpas nytt....
Ha alltid något/några i reserv.

Till matcherna behövs även vita, långa strumpor (finns i välsorterade sportaffärer)



GRIFFINS FOOTBALL



Utrustning som är en fördel att ha egen uppsättning av:

(Länkar till Biltemas versioner)

- **Sporttejp –**
<https://www.biltema.se/fritid/traning/stretching-och-behandling/sporttejp-375-cm-x-10-m-vit-2000041270>
- **Elastisk binda**
<https://www.biltema.se/fritid/traning/stretching-och-behandling/elastisk-binda-5-cm-x-45-m-2000036354>
alternativ
<https://www.biltema.se/fritid/hast/hastutrustning/sjalvhaftande-linda-45-m-2000031244>
- **Skoskavsplåster**
<https://www.compeed.se/products/?category=skavsar>