



## 7. WAT ZIT ER IN ONZE SPORTTAS

We verwachten van onze jeugdspelers dat ze steeds in orde zijn met hun voetbaluitrusting!

- propere voetbalschoenen en vanaf U12 aangepast aan de ondergrond (nat, droog, bevroren, sneeuw)
- wasgerief (shampoo, handdoek (liefst 2), ondergoed)
- slippers voor in de douche
- drinkbus (liefst met water) met je naam op
- voetbalkousen, korte short, lange trainingsbroek verplicht vanaf november, shirt, sweater, trainingsjasje
- ons regenjasje moet steeds in onze voetbaltas zitten (het Belgische weer is erg verraderlijk...) – 'zweet' t-shirt, waarmee je (eventueel) opwarmt
- in de winter een muts (kinderen verliezen de meeste warmte via hun hoofd) én handschoenen
- (eventueel) thermisch ondergoed (houdt het lichaam droog)
- 2 plastieken zakken (1 voor de bal, 1 voor onze vuile, natte spullen)

Ivo Vranken  
TVJO SV Belisia / Belisia Youth