



Regionverksamhet Mellan 2009/10

Härmed kallas du till den andra uttagningen för Region Mellan

Samling 2

Tid: 17.00 fredagen den 15/1 – ca 14.00 söndagen den 17/1
Plats: Stadium Arena Norrköping
Kostnad: 500 kr som skall ha betalats in via bankgiro 269-2499 – 3 dagar innan samling, kvitto skall tas med till Samling.

Alla spelare bor och äter gemensamt under samlingen. Spelarnas kostnad för lägren är till för att täcka logi, mat, hallhyra samt anslutningsresor för coacherna. Det innebär att när man blir kallad till en samling så måste man vara inställd på att betala sina utlägg samt resa till samlingen själv. Vissa klubbar väljer att stötta sina spelare ekonomiskt och regionverksamheten skriver ut kvitton till dessa deltagare. Det är upp till den enskilde spelaren att ta reda på om hur ens klubb gör.

Schema

Obs! Kvällsmat kommer att serveras efter träningen på fredagen. Spelarna ansvarar alltså att de får i sig mat före träningen, förslagsvis har man med sig egen matsäck.

Varje spelare kommer ha fyra basketträningar à 90 minuter under samlingen, alla kopplade till SBBF:s **Spelarutvecklingsplan (SUP)**. **BasketSMART** kommer finnas med som uppvärmning på träningarna och det kommer även att vara läx redovisning. Dessutom är ett teoripass inplanerat under lördagen och den första samlingens ämne är **Spelarens ABC**.

Fredag 15 januari

Incheckning 17.00 (Anmälan i stora entrén)

Träning 1

Flickor/Pojkar: 18.00-19.30 (grupp 1), 19.30-21.00 (grupp 2)

Kvällsmat ca 20.00-22.30

Sovdags 23.00

Lördag 16 januari

Frukost 7.00-8:30

Träning 2

Flickor/Pojkar: 9.00-10.30 (grupp 1), 10.30-12.00 (grupp 2)

Lunch ca 11.30-14.00

Teori *Spelarens ABC: 13.30 (grupp 1), 14.30 (grupp 2)*

Träning 3

Flickor/Pojkar 16.00-17.30 (grupp 1), 17.30-19.00

Middag ca 19.00-21.15

Sovdags 22.30



Regionverksamhet Mellan 2009/10

Söndag 17 januari

Frukost 6.30-8.00 (grupp 1)

Träning 4

Flickor/Pojkar 9.00-10.30 (grupp 1), 10.30-12.00 (grupp 2)

OBS! Städning och utrymme av solvsalar 8.00-11.00

Fika/Baguette ca 11.00-12.30 (efter respektive träning)

Gemensam avslutning ca 12.30

Obligatorisk utrustning

- Boll
- Anteckningsmaterial
- Vattenflaska
- Sovutrustning för övernattnig på hårt underlag (luftmadrass, sovsäck, kudde eller likn.).
- Träningskläder (Fyra träningar) & Hygienartiklar
- Ditt ordinarie matchställ från Din klubb (ljus och mörk)
- Utrustning vid skada: Elastisk binda ("Dauer-binda"), tejp ("Coachtape"), Skavsårsplåster

Kommande program

Samling 3	19-21 mar	Ej Fastställt
Samling 4	7-9 maj	Uppsala
Samling 5	4-6 jun	Miki Herkel Memorial Cup, Huskvarna



Regionverksamhet Mellan 2009/10

Anmälda & Kallade till Södertälje för Region Mellersta Samling 2

Pojkar

Flickor

Klubb	Efternamn	Förnamn	Klubb	Efternamn	Förnamn
Arvika Basket	Bergström	Joel	Bache Blix	Hillevi	Arvika
Arvika Basket	Elgbratt	Sebastian	Levin	Evelina	Arvika
Arvika Basket	Moberg	Simon	Johnsson	Madeleine	Arvika
Arvika Basket	Tellve	Gustav	Lill	Malin	Arvika
Enköpings BBK	Benzeriane	Fredrik	Olsson	Amanda	Arvika
Enköpings BBK	Wasberg	William	Zhang	Lina	Arvika
Enköpings BBK	Vilic	Husein	Sköld?	Frida	Arvika
Eskilstuna BBK	Eriksson	Oskar	Eriksson	Nathalie	Eskilstuna
Föreningen Gävle Tjäder	N'diaye	Malcolm	Bertile	Akayo	Gävle
Gnesta BBK	Olsson	Mikael	Ohlsson	Julia	Katrineholm
KFUM Gävle Ungdoms-BF	Fahlevik	Christian	Jernberg	Alice	Kristinehamn
KFUM Gävle Ungdoms-BF	Nordin	Albin	Delilovic	Lejla	Uppsala
KFUM Uppsala Basket	Engberg	Erik	Ghaderidosst	Joanna	Uppsala
KFUM Uppsala Basket	Friberg	Lukas	Ghaderidosst	Melody	Uppsala
KFUM Uppsala Basket	Jacobsson	Gustav	Arnroth	Cornelia	Uppsala
KFUM Uppsala Basket	Kolflaath	Elias	Hänni	Julia	Uppsala
KFUM Uppsala Basket	Lindh	Viktor	Säfström	Ella	Uppsala
KFUM Uppsala Basket	Mirianidis	Markos	Taxén	Sara	Uppsala
KFUM Uppsala Basket	Nygren	Isac	Lindén	Linn	Örebro
KFUM Uppsala Basket	Odekvist	Joshua	Almqvist	Linn	Örebro
KFUM Uppsala Basket	Skyttevall	Tobias	Petersson Timothy	Emma	Örebro
KFUM Uppsala Basket	Vikerfors	Christoffer	Ericson	Maria	Karlskoga
KFUM Uppsala Basket	Zekovic	Anes	Andersson	Rebecca	Norrköping
KFUM Uppsala Basket	Book	Vilhelm	Axelsson	Maria	Norrköping
KFUM Uppsala Basket	Merlenius	Jakob	Borg	Michaela	Norrköping
Norrköpings BBF	Andreadis	Aristotelis	Johansson	Emma	Norrköping
Norrköpings BBF	Birindwa	Fleury	Kvarnström	Natalie	Norrköping
Norrköpings BBF	Eklöf	Simon	Norén	Felicia	Norrköping
Norrköpings BBF	Fredriksson	Henric	Okodugha	Amanda	Norrköping
Norrköpings BBF	Jasarovic	Saban	Asplund	Linn	Södertälje
Söderköpings BBK	Willers	Rasmus	Borg	Maria	Södertälje
Södertälje BBK	Aalto	Emil	Eklund	Sanna	Södertälje
Södertälje BBK	Knutsson	Simon	Halef	Gabriella	Södertälje
Södertälje BBK	Kovacek	Filip	Jakovljevic	Jelena	Södertälje
Södertälje BBK	Lidström	Adam	Martinsson	Cassandra	Södertälje
Södertälje BBK	Lind	Kasper	Odwar	Harriet	Södertälje



Regionverksamhet Mellan 2009/10

Södertälje BBK	Lopez	Franco	Tahan	Annabel	Södertälje
Södertälje BBK	Nilsson	Niklas	Gustafsson	Sofia	Västerås
Södertälje BBK	Ramstedt	Adam			
Ullvi BK	Olfat	Behnam			
Ullvi BK	Sundh	William			
Visby BBK	Sjöberg	Hannes			
Västerås BF	Bajrektarevic	Adis			
Västerås BF	Mazouch	Marcus			
Visby BBK	Svensson	Isak			
KFUM Uppsala Basket	Eriksson	Philip			
KFUM Örebro BBK	Törn	Oliver			
Södertälje BBK	Carlsson	Peter			
Arvika Basket	Röhse	Johan			
Södertälje BBK	Larsson	Alexander			
KFUM Örebro BBK	Adamah	Kristoffer			
Norrköpings BBF	Sogolj	Jzenis			
KFUM Uppsala Basket	Englund	Armond			

Kontaktinformation

Regionansvarig Landslag Mellan

Johan Lind joan.lind@basket.se 0704-94 65 73

Ledarstab Pojkar 95 Mellersta

Ola Bertisson ola.bertilsson@tranas.se 0761- 35-81-78 Östsvenska BDF
Ulf Andersson ulf.andersson@iris.se Västmanlands BDF
Nikolaidis Panagiotis panosnikolaidis@hotmail.com Mellansvenska BDF

Ledarstab Flickor 95 Mellersta

Niklas Najafi niklas.najafi@samres.se 0704-19 00 21 Östsvenska BDF
Joakim Brunnström joakim.brunnstrom@sbbk.se 0702-06-70 46 Östsvenska BDF
Andrea Ilic andreaailic@hotmail.com 0739-032974 Östsvenska BDF