



# Regionverksamhet Region Mellersta U14 - 2016/17

## Allmän information

Svenska Basketboll förbundet (SBBF) vill härmed bjuda in till regionverksamhet i **Regionerna** för pojkar & flickor **födda -03**. SBBF genomför verksamhet i **sex regioner**: Norra, Mellersta, Stockholm Nord, Stockholm Syd, Östra och Södra

Vi använder oss av de kunskaper vi samlat på oss, samt influenser från omvärld och forskning. Förra säsongen valde hela 873 spelare att pröva på regionverksamheten (ca 37 % av alla licensierade '02 spelare i landet). Dessa sex regioner kommer att förlängas in i U15-verksamheten. I varje region genomförs U14-verksamheten i tre regionala läger.

**Region Norra** - upptagningsområde är distrikten Norrbottens BDF, Västerbottens BDF och Mellannorrlands BDF.

**Region Mellersta** - upptagningsområde är distrikten Mellansvenska BDF, Norra Svealand BDF samt Sigtuna, Upplands Bro och Upplands Väsby kommun

**Region Stockholm Nord** - upptagningsområde är klubbar i distriktet Stockholms BDF som är belägna Norr och Västerort (inte Alvik).

**Region Stockholm Syd** - upptagningsområde är klubbar i distriktet Stockholms BDF Sthlm innerstad, "söder om slussen", Alvik och Lidingö.

**Region Östra** - upptagningsområde är distrikten Småland-Blekinges BDF och Östsvenska BDF samt Södertälje och Nykvarn kommun.

**Region Södra** - upptagningsområde är distrikten Westra Sveriges BDF och Skånes BDF.

Regionverksamhetens syfte:

- Medverka till utveckling av spelare och ledare genom praktisk och teoretisk utbildning.
- Få fler att vara aktiva inom basketbollsporten längre (Skapa fler "Basketmännskor").
- Fungera som ett komplement till spelar- och ledarutveckling i den ordinarie verksamheten i föreningar och distrikt.
- Ge föreningar breddad inblick och kunskap i spelarutveckling samt kunskaper i att arrangera kvalitativa läger.
- Skapa, förbättra och implementera en röd tråd för regionverksamheten för U14 och U15.
- Ge spelare och ledare inblick i vikten av planering i syfte att få in alla moment vid utbildning av spelare (SUP(Spelarutvecklingsplanen) – koppling, Fysisk träning, Teorikunskaper – Nutrition, Sömn, Sociala/Mentala aspekter).

Regionverksamheten U14 metod:

- Tre läger genomförda med samma innehåll i samtliga regioner.
- Transparens i verksamhetens upplägg.

Konkret kan detta sammanfattas med att spelare i Regionerna blir inbjudna till att få en inblick och en utbildning i vad som krävs för att bli en framtida elitspelare.

I regionverksamheten U14 sker INGET urval. ALLA spelare är välkomna att vara med och alla kan delta på samtliga tre läger eller endast ett enskilt läger. Lägren bygger dock på det som genomgått under tidigare och vi rekommenderar därför varmt att man är med på alla tre läger. (U15 verksamheten året efter bygger sedan vidare på det som gått igenom under U14 verksamheten)

I samordning med SBBF:s årsplan är följande helger inplanerade för Regionerna

(se <http://www.basket.se/Utbildning/Regionverksamhet/> för specifik information om varje region)

Läger 1	7-9 oktober 2016	Tegelbruket, Örebro
Läger 2	9-11 december 2016	
Läger 3	28 april-1 maj 2017	Tegelbruket, Örebro



# Regionverksamhet Region Mellersta U14 - 2016/17

## Inbjudan

Till lägren är det fri anmälan. Det är önskvärt att klubbarna och coacher som har spelare födda -03 informerar och uppmuntrar de spelare som vill delta i regionverksamheten U14 - 2016/17

**OBS – Sista anmälningsdag är måndagen 15 augusti 2016 för läger 1! Först till kvarn gäller (anmälan samt inbetalning) Om läger är fullt så kan man erbjudas att få plats på läger i en annan region.**

För att finansiera regionverksamhetens kostnader för mat, logi och hallhyra ska varje spelare betala en summa. Samtliga resor bekostas av spelarna själva. Alla spelare som vill närvara på regionverksamheten skall anmäla sig via sin regionslänk på <http://www.basket.se/Utbildning/Regionverksamhet/Anmalningsformular1617/> och sedan betala in anmälningsavgiften. Alla spelare/föräldrar/klubb/klubbcoach får en kallelse (som är anmälda i tid) ca 1 månad innan läger

Klubbtränare är välkomna att närvara på de regionläger som genomförs. Detta är ett steg i att komma närmare varandra och man kan på plats ha en dialog mellan klubb och regionlag samt den kommande verksamheten. Precis som tidigare år har vi skapat möjligheter för klubbcoacher att bo och äta gratis på lägren under förutsättning att man tagit kontakt i god tid innan lägret (minst 2 veckor). Vi hoppas nu att lägren blir en mötesplats för coacherna i regionen och på så vis kan vi tillsammans skapa bättre förutsättningar för våra spelare på olika sätt. Klubbcoacher anmäler sig till Regionansvarige inom varje region.

Träningsplanering skickas ut ca 2 veckor innan respektive läger till spelare, föräldrar, klubbcoacher, klubbar och BDF. Till efterföljande läger kommer anmälda spelare att bli kallade och namngivna på SBBF:s och distriktens hemsidor samt kontaktade per e-post i god tid före nästa läger.

## Kostnad

Spelarnas deltagaravgift för lägren är till för att täcka boende (på hårt underlag), mat, hallhyra och T-shirt. Det innebär att när man blir kallad till ett läger så måste man vara inställd på att betala sina utlägg samt resa till lägret själv. Vissa klubbar väljer att stötta sina spelare ekonomiskt och regionverksamheten skriver ut kvitton till dessa deltagare vid efterfrågan. Det är upp till den enskilde spelaren att ta reda på om hur din klubb gör. **OM** man anmält & betalat in & får förhinder (skada, sjukdom, etc...) – Kontakta Regionansvarige omedelbart så att det blir möjligt att boka av så att ni kan få del av eller allt av inbetalningen tillbaka. Hel återbetalning kan bara garanteras om avanmälan skett skriftligen/mailedes till den Regionansvarige senast 10 dagar före läger.

Ett enskilt läger kostar 690 kr.

(Sjukdom/avanmälan – Om man ej kan närvara på ett läger betalas hela beloppet tillbaka OM man anmäler MINST 10 dagar innan lägerstart – annars fås endast reducerad del tillbaka)

### Läger 1 – U14

Datum: 7-9/10 -2016

Plats: Tegelbruket, Örebro

Tid: Samlingstid och avslutningstid fredag respektive söndag informeras via kallelsen

Kostnad: 690 kr per läger som betalas in på IK Eos bankgiro 269-2499 (IK Eos sköter på uppdrag av SBBF den ekonomiska redovisningen för Regionverksamheten säsongen 2016/2017).

**Märk inbetalningen med "Spelarens Namn – Mellersta läger 1 U14"**

**Betala senast måndag 1 september 2016 – bankgiro 269-2499**



# Regionverksamhet Region Mellersta U14 - 2016/17

**Obs! Alla spelare bor och äter gemensamt under lägret!**

**Obligatorisk utrustning med till läger:**

- Boll
- Ryggsäck att användas i samband med löpning/förflyttning
- Löparskor
- Anteckningsbok och penna
- Skor (bör du ha spelat med i 2 veckor)
- Tofflor
- Träningsoverall
- Vattenflaska
- Skavsårsplåster
- Tejp
- Elastisk linda
- Hygienartiklar
- Handduk
- Underkläder
- Rena strumpor till varje pass
- Kläder för "den lilla fritiden"
- Sovutrustning för hårt underlag. Maxmått på bäddmadrasser, 210x90 cm!
- Ev. Matsäck för fredag/söndag under resan

**OBS – Viktigt att MÅLSMAN till spelaren är närvarande vid anmälan!**

**Anmälningsformulär hittar ni via följande länk:**

<https://response.questback.com/idrott/sbbfu14regionmellersta1617>

## Kontaktinformation

### Regionansvarig Mellersta

Pontus Frivold                      pontus.frivold@basket.se                      0725-70 00 06

### Regionansfysio Mellersta

Kaisa Johansson                      regionfysiomellersta@gmail.com                      0730-98 55 95