



# Regionverksamhet Region Östra U15 - 2016/17

## Allmän information

Svenska Basketboll förbundet (SBBF) vill härmed bjuda in till regionverksamhet i **Region Östra** för pojkar & flickor **födda -02**. SBBF använder sig av sex regioner för verksamheten i U15 kategorin: Norra, Mellersta, Stockholm Nord, Stockholm Syd, Östra och Södra. I varje region genomförs denna verksamhet genom tre regionala läger och avslutas med en gemensam samling (MHC) för alla Regionslagen. 873 spelare (37 % av alla licensierade) födda -02 deltog i ett eller flera av de tre möjliga regionlägren säsongen 2015/2016 och vi hoppas det fått inspiration till att utveckla sig än mer genom att även delta denna säsong.

**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 "Basketmänniskor").
- 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.
- Ge ledare erfarenhet av talangutveckling och selekteringsprocesser.
- Selekttera ett lag per region som ska delta i Miki Herkel Cup.

Regionverksamhetens mål:

- Ge spelare och deras ledare insikter och förståelse för vad som krävs för att bli elitspelare
- Ge åldersgruppen och dess ledare chans till insyn och utbildning enligt SUP
- Få fram en röd tråd för hela basketutbildningen från U14/U15 & uppåt
- Få kunskap om vilken nivå spelare & ledare befinner sig i U15 kategorin
- Få fler föreningar att ta på sig att arrangera läger
- Ge fler ledare inblick i vikten av planering i syfte att få in alla moment vid utbildning av spelare (SUP – koppling, Fysisk träning, Teorikunskaper – Nutrition, Sömn, Sociala/Mentala aspekter)

Regionverksamhetens metod:

- Tre samlingar samt en rikstäckande samling (MHC) i de sex regionerna.
- Spelarutvecklingsplanen (SUP)

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

I regionverksamheten ingår även en urvalsprocess som under helgerna leder till att 15 pojkar och 15 flickor kommer att representera **Region Östra** under Miki Herkel Cup. Denna helg är ett stort spelarutbildningstillfälle där de sex regionerna samlas, tränar tillsammans och möter varandra. Det är även den fjärde och sista delen av regionverksamheten **2016/17**.

I samordning med SBBF:s årsplan är följande helger inplanerade för **Region Östra**:

- Läger 1 23 – 25 september 2016
- Läger 2 13 – 15 januari 2017
- Läger 3 28 april – 1 maj 2017
- Läger 4 2 - 4 juni 2017 Miki Herkel Cup



# Regionverksamhet Region Östra U15 - 2016/17

## Inbjudan

Till första lägret är det fri anmälan. Det är önskvärt att klubbarna och coacher som har spelare **födda -02** informerar sina spelare i åldersgruppen om möjligheten att delta i regionverksamheten 2016/17.

**OBS – Sista anmälningdag måndagen den 15 augusti 2016!**

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 regionläggen ska anmäla sig via internet och då betalar man samtidigt in anmälningavgiften. I anmälan ingår det också att namnge den/de tränare spelaren har. **Alla spelare som anmält sig i tid får kallelsen i slutet av augusti.**

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 klubbtag och regionlag samt den kommande verksamheten. Precis som tidigare år har vi skapat möjligheter för klubbcoacher att bo och äta gratis på läggen under förutsättning att man tagit kontakt i god tid innan lägret (minst 2 veckor). Vi hoppas nu att läggen 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 Camilla Östh.

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

## Kostnad

Spelarnas kostnad för läggen 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. Det är upp till den enskilde spelaren att ta reda på om hur ens 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 Regionansvarige Camilla Östh senast 10 dagar före läger.

## Läger 1 – U15

*Datum:* 23-25 september 2016

*Plats:* Preliminärt Duveholmshallen, Katrineholm

*Tid:* Samling ca kl 16.00 den 23/9 – avslutning ca 13.00 den 25/9. Exakta tider meddelas närmre lägerdatum

*Kostnad:* 690 kr 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 – Region Östra läger 1 U15".**

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



# Regionverksamhet Region Östra U15 - 2016/17

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

Obligatorisk utrustning med till läger:

- Boll
- Rygsäck att användas i samband med löpning/förflyttning
- Löparskor
- Anteckningsbok och penna
- Skor (bör du ha spelat med i 2 veckor)
- Tofflor
- Träningsoverall
- Vattenflaska
- Skavsårplåster
- 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

Anmälan görs online av **SPELAREN & FÖRÄLDER** senast **måndag 15 augusti 2016:**

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

Anmälan görs på följande länk:

<https://response.questback.com/idrott/sbbfu15regionostra1617/>

## Kontaktinformation

### Regionansvarig Östra

Camilla Östh                      [camilla.osth@basket.se](mailto:camilla.osth@basket.se)                      073-616 67 01

### Regionfysio Östra

Patrick Haggström                      [patrick@plusrehab.se](mailto:patrick@plusrehab.se)                      076-640 46 98