

## Allmän information

Svenska Basketbollförbundet (SBBF) vill härmed bjuda in till regionverksamhet i **Regionerna** för pojkar & flickor **födda -05**. 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 911 spelare att pröva på regionverksamheten (ca 36 % av alla licensierade '04 spelare i landet). Dessa sex regioner kommer att förlängas in i U15 & U16 -verksamhet. 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 Svealands BDF samt Knivsta, Norrtälje, Sigtuna, Upplands Bro och Upplands Väsby kommuner.

**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 kommuner.

**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.
- Fungera som ett komplement till spelar- och ledarutveckling i den ordinarie verksamheten i föreningarna.
- Erbjuder spelare och ledare inblick i vikten av strukturerad planering och uppföljning i syfte att få in alla moment vid utbildning av spelare (SUP (Spelarutvecklingsplanen), Fysisk träning, Teorikunskaper – Nutrition, Återhämtning, Sociala och Mentala aspekter).
- Erbjuder föreningar breddad inblick och transparens i spelarutveckling samt i att arrangera läger.
- Skapa, förfina och implementera en röd tråd för "Basketresan" i åldersgrupperna U14 – U16.

Regionverksamhetens mål:

- Få många spelare och deras ledare insikter och förståelse för vad som krävs för att kontinuerligt utvecklas.
- Få fler att vara aktiva inom basketbollsporten längre (Skapa fler "Basketmänniskor").
- Säkerhetsställa att vi verkar för en röd tråd i hela basketutbildningen från U14-U16 inkluderande Teknik-, Taktik/Strategi-, Fysiska-, Sociala-, Mentala delar samt arbetar på att kontinuerligt förfina.
- Få kunskap om vilken nivå spelare & ledare befinner sig i U14 kategorin.

Regionverksamheten U14 metod:

- Att använda erfarenhet från tidigare verksamhet till efterföljande årgångar.
- Tre läger i de sex regionerna.
- Centralt framtagen träningsplanering byggd på Spelarutvecklingsplanen (SUP).
- Centralt framtagna teorielektioner byggd på SBBF:s kursplan för spelare i aktuell ålder.
- Tester och prov av kompetenser.
- Transparens i verksamhetens upplägg.
- Lägerverksamhet.

Konkret kan detta sammanfattas med att spelare får en inblick och en utbildning för att utvecklas vidare som ett komplement till sin ordinarie klubbblagsverksamhet.

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 tränats och gått igenom under tidigare och vi rekommenderar därför varmt att man är med på alla tre läger. (U15 och U16 verksamheten fram ledes bygger sedan vidare på det som gått igenom under U14 verksamheten)

Varje Region erbjuder 70 platser per läger och kön i U14 – OM en region blir full hänvisas man plats i annan region enligt:

- Fullt i Norra kan plats erbjudas i Region Mellersta.
- Fullt i Mellersta kan plats erbjudas i Region Norra.
- Fullt i Stockholm Nord kan plats erbjudas i Region Mellersta.
- Fullt i Stockholm Syd kan plats erbjudas i Region Östra.
- Fullt i Östra kan plats erbjudas i Region Mellersta.
- Fullt i Södra kan plats erbjudas i Region Östra.

Anmälningdatum avgör om man får plats i sin region (med förutsättning att man betalt anmälningavgift innan utsatt datum)

I samordning med SBBF:s årsplan är följande helger inplanerade för U14 regions läger:

Läger 1	28-30 september 2018	Kinna
Läger 2	18-20 januari 2019	Lund
Läger 3	26-28 april 2019	Kinna ("MEGA LÄGER" tillsammans med U16 läger 2)

## Inbjudan

Till lägren är det fri anmälan. Det är önskvärt att klubbarna och coacher som har spelare födda -05 informerar och uppmuntrar de spelare som vill delta i regionverksamheten U14 - 2018/19. Det är av vikt att spelare som anmäler sig är licensierade i sin klubb då licensen innebär att man är försäkrad även i regionverksamheten.

### **Sista anmälningdag (Reservation för att platser kan vara slut i regionen):**

Läger 1 – 14 augusti 2018

Läger 2 – 1 december 2018

Läger 3 – 1 mars 2019

För att finansiera delar av regionverksamhetens kostnader skall varje spelare betala en lägeravgift. 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/Anmalningsformular1819/> och sedan betala in anmälningavgiften. Tänk på att det går att anmäla sig till alla tre läger direkt. Alla spelare (samt deras föräldrar/klubb/klubbcoach) som är anmälda i tid får en kallelse ca 1 månad innan respektive läger. Träningsplanering skickas ut ca 2 veckor innan respektive läger till spelare, föräldrar, klubbcoacher, klubbar och BDF.

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 regionledare. 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 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. Länk till anmälan finns på <http://www.basket.se/Utbildning/Regionverksamhet/Anmalningsformular1819/>

## Kostnad

Spelarnas deltagaravgift för lägren är till för att täcka boende (på hårt underlag), mat, övriga lokalhyror, ideella ledarnas reskostnader 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. Det finns även möjlighet att ansöka om reducerad avgift till lägerhelg för familjer med låg hushållsinkomst – formulär och mer info för detta finns på <http://www.basket.se/Utbildning/Regionverksamhet/Anmalningsformular1819/>. Om man avanmäler (Sjukdom, skada, etc...) 10 dagar innan start på läger fås allt utom administrationsavgift på 150 kr åter, sker avanmälan mindre än 10 dagar innan så fås allt utom 600 kr tillbaka. – ALLA avanmälningar MÅSTE ske genom elektronisk kontakt med Regionansvarige Jörgen Fastberg på [jorgen.fastberg@basket.se](mailto:jorgen.fastberg@basket.se)

Ett enskilt läger kostar 775 kr.

### **Läger 1 – U14**

Datum: 29 -30 september 2018

Prel. Tider: Samling ca kl. 16.00 den 28/9 –avslutning ca kl.12.30 den 30/9. (Kommer i kallelse för läger)

Betalning: 775 kr senast 14 augusti 2018 som betalas in på IK Eos bankgiro 269-2499 (IK Eos sköter på uppdrag av SBBF den ekonomiska redovisningen för Regionverksamheten säsongen 2018/2019).

### **Läger 2 – U14**

Datum: 12-14 januari 2019

Prel. Tider: Samling ca kl. 16.00 den 18/1 –avslutning ca kl.12.30 den 20/1. (Kommer i kallelse för läger)

Betalning: 775 kr senast 1 december 2018 som betalas in på IK Eos bankgiro 269-2499

### **Läger 3 – U14**

Datum: 26-28 april 2019

Prel. Tider: Samling ca kl. 16.00 den 26/4 –avslutning ca kl.12.30 den 28/4. (Kommer i kallelse för läger)

Betalning: 775 kr senast 1 april 2019 som betalas in på IK Eos bankgiro 269-2499

**Märk betalningen med "Spelarens Namn - Region Södra läger 1 (alt 2 alt 3) U14"**



# Regionverksamhet Region Södra U14 - 2018/19

## Lägerinformation

- Alla spelare bor och äter gemensamt under lägret.
- Tränings- och boende grupper fördelas av Regionansvarig.
- Det är av stor vikt att spelarna är optimalt förberedda enl. de kallelser vi skickat ut.
- I utbildningssyfte lägger vi stor vikt vid att spelarna får arbeta med att ta  **eget ansvar** i förhållande till "koll" och omhändertagande av material och sig själva samt i förhållande till övriga på 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.

<http://www.basket.se/Utbildning/Regionverksamhet/Anmalningsformular1819/>

## Kontaktinformation

### Regionansvarig Region södra

Jörgen Fastberg                      jorgen.fastberg@basket.se                      073-634 16 80

### Regionfysio södra

Agnes Mellström                      agnes\_mellstrom@hotmail.com                      070-721 90 67

### DU14

Anette Möllerström, Maria Albertsson, Marja Olander, Lina Storulv

### HU14

Rachid El-Hallah, Christoffer Henriks, Nils Gjørup, Carl-Oscar Falk, Johan Andersson