



Regionverksamhet

2018-2019

Tack för din anmälan!

Region Mellersta tackar för din anmälan till årets regionverksamhet för pojkar & flickor födda -04 och bjuder härmed in dig till Örebro den 7-9 december. Enligt tidigare utskick är detta det andra av tre helger med Region Mellersta. Upptagningsområdet är distrikten Mellansvenska BDF, Norra Svealand BDF samt Knivsta, Norrtälje, Sigtuna, Upplands Bro och Upplands Väsby kommun. Vi önskar alla varmt välkomna till Örebro!

Läger 2

Datum: 7-9 december

Plats: Tegelbruket, Örebro (Lertagsgatan 2, 703 47 Örebro)

Tid: Samling kl 16.30 den 7/12 –avslutning ca 13.00 den 9/12.

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

Märk inbetalningen med "Spelarens Namn - Region Mellersta Läg. 2 U15".

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.

Vid förhinder (skada, sjukdom, etc.) kontakta Regionansvarig omedelbart för att boka av så att ni kan få del av inbetalningen tillbaka om ni redan hunnit betala, allt enligt information i inbjudan.

Klubbtränare är välkomna att närvara på de regionsamlingar som genomförs. Detta är ett steg i att komma närmare varandra och man kan på plats ha en dialog mellan klubbtag och regiontag samt få information om 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) med Regionansvarige Jesper Andersson.

Schema

Vi tränar äter och sover i Tegelbruket. Schema och träningsplanering skickas ut separat.

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

BONNIER
Bonnierförlagen



Scandic



inprint



LOKA

Folksam

molten
For the real game





Regionverksamhet

2018-2019

Obligatorisk utrustning

- Boll
- Anteckningsmaterial
- Bok/läsmaterial för vilopauser
- 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) + Eventuell U14 region t-shirt
- Utrustning vid skada: Elastisk binda ("Dauer-binda"), tejp ("Coachtape"), Skavsårplåster
- **Kläder och skor för att jogga utomhus.**

Kommande program

- Läger 3 1 - 3 mars Örebro
- Miki Herkel Cup 6 - 9 juni Södertälje Endast de som blir inbjudna (15 spelare/kön)

Kallade Region Södra Flickor och Pojkar -04

Namn	Klubb	Namn	Klubb
Mathilda Wetter	Arvika Basket	Carl Gustafsson	Aros BBK
Nicole Berginge	Arvika Basket	Kevin Lundkvist	Aros BBK
Alva Junglert	Borlänge BK	Noah McGregor	Aros BBK
Linnéa Mattsson	Borlänge BK	Anton Johansson	Arvika Basket
Moa Albertsson	Borlänge BK	Erik Persson	Arvika Basket
Alexandra Petrovski	FUBB	Andreas Bilgic	FUBB
Andrea Ferraro	FUBB	Arvid Vårlid	FUBB
Anya Alvarado Lönberg	FUBB	Kurt Sanchez	FUBB
Lova Mörck	KFUM Gävle	Leo Smedberg Betnér	FUBB
Engla Halvarsson	KFUM Ludvika	Rocco Molero	FUBB
Andrea Blomqvist	KFUM Uppsala	Simon Wahlberg	FUBB
Ester Blomster	KFUM Uppsala	Tobias Österbäck	FUBB
Matilda Lindblom	KFUM Uppsala	Cajus Brehmer	KFUM Uppsala
Sara Milivojevic	KFUM Uppsala	Domantas Brucas	KFUM Uppsala
Tea Lindström	KFUM Uppsala	Emanuel Obakpolo	KFUM Uppsala
Tora Lagercrantz	KFUM Uppsala	Emil Angemo	KFUM Uppsala
Ella Edberger	KFUM Örebro	Emil Sjövall	KFUM Uppsala
Kerstin Sjögren	KFUM Örebro	Erik Arwidson	KFUM Uppsala
Lisa Åberg	Ockelbo BK	Fabio Bergman Valatabar	KFUM Uppsala
Vera Ferm	Ockelbo BK	Filip Bylund	KFUM Uppsala
Lovisa Bolander	Sigtuna BBK	Hugo Blomqvist	KFUM Uppsala
Sara Himo	Sigtuna BBK	Peter Jobe	KFUM Uppsala
Alva Mofalk	Västerås BF	Simon Kärvin	KFUM Uppsala

BONNIER
Bonnierförlagen



Scandic



inprint



LOKA

Folksam

molten
For the real game





Regionverksamhet

2018-2019

Tilda Björk

Västerås BF

Tim Lendahl

KFUM Uppsala

Tudor Georgescu

KFUM Uppsala

Arber Kajosevic

KFUM Vänerstaden

Eldin Smajlovic

KFUM Vänerstaden

Emir Beglar

KFUM Vänerstaden

Konstantinos Assimakis

KFUM Vänerstaden

Younes Alaoui

KFUM Vänerstaden

Adrian Kleerup-Lernvik

KFUM Örebro

Anton Bergman

KFUM Örebro

Armin Alagic

KFUM Örebro

Elias Lindmark

KFUM Örebro

Leon Kindberg Danielsson

KFUM Örebro

Pontus Ihse

KFUM Örebro

Viktor Göranzon

KFUM Örebro

Mehdi Tlili

Sigtuna BBK

Anton Ovuka

Viby

Erik Tydén

Viby

Jonathan Ljung

Viby

Viggo Arvidsson

Viby

Kontaktinformation

Regionansvarig Mellersta

Jesper Andersson

073-0507057

jesper.andersson@basket.se

Regionansvarig fysio

Johan Högberg

070-3773047

johanhogberg@live.se

BONNIER
Bonnierförlagen



Scandic



inprint



LOKA

Folksam

molten
For the real game





Regionverksamhet

2018-2019

Råd och Vård för idrottsskador



Ring 020-44 11 11 så får du rådgivning eller träffa en legitimerad sjukgymnast. Helt kostnadsfritt.



Folksam

BONNIER
Bonnierförlagen



Scandic



inprint



LOKA

Folksam

molten
For the real game

