



Regionverksamheten U15 Östra, 2018/19

Kallelse U15!

Kallelse till Regionläger 2 i Nyköping. Enligt tidigare utskick är detta det andra av fyra helger med Region Östra. Upptagningsområdet är distrikten Småland-Blekinges BDF och Östsvenska BDF samt klubbar i Södertälje och Nykvarn.

Vi önskar alla varmt välkomna!

Läger 2

Datum: 7-9 december 2018

Plats: Rosvalla, Idrottsvägen 1 Nyköping.

Tid: Incheckning i konferenslokalen vid huvudentrén 15.45-16.00 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 Östra Läg. 2 U15".

Sista datum för bet. har redan passerat så ni som inte betalat gör det snarast.

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.

– ALLA avanmälningar MÅSTE ske genom mail till Regionansvarige Peter Stenius senast 10 dagar före lägerstart.

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 regionlag 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 anmält sig via questback i god tid innan lägret (minst 2 veckor).

Schema

Vi börjar med gemensam samling för presentation av ledare och allmän information strax efter incheckningen kl.16

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.

Schemat skickas ut dagarna innan lägret.

BONNIER
Bonnierförlagen



Scandic



inprint



LOKA

Folksam

molten
For the real game





Regionverksamheten U15 Östra, 2018/19

Obligatorisk utrustning

- Boll
- Anteckningsmaterial
- Bok/läsmaterial för vilopauser
- Vattenflaska
- Sovutrustning för övernattnig på hårt underlag (luftmadrass, sovsäck, kudde eller likn.).
- Det kan vara kallt i sovlokalerna på natten. Ta med en extra filt eller overall att sova i.
- Träningskläder (Fyra träningar) & Hygienartiklar
- Ditt ordinarie matchställ från Din klubb (ljus och mörk) + ev. region t-shirt
- Utrustning vid skada: Elastisk binda ("Dauer-binda"), tejp ("Coachtape"), Skavsårsplåster
- **Kläder och skor för att jogga utomhus.**

Kommande program

- Läger 3 1-3 mars Södertälje
- Miki Herkel Cup 6-9 juni Södertälje. Endast inbjudna (15 + 15 spelare)

Kallade Region Östra Flickor och Pojkar -04

Flickor

Ella Petersson	Brahe Basket
Emilia Rotviker Bexell	Brahe Basket
Moa Sandström	Brahe Basket
Nova Grimfjord	Brahe Basket
Tindra Rosén Fagerström	Brahe Basket
Tyra Silfverhjelms	Brahe Basket
Evelina Limedal	Eskilstuna BBK
Angelina Mackie	KFUM Linköping
Hedda Erixon	KFUM Nässjö
Zaga Lundqvist	KFUM Nässjö
Amina Kertat	Norrköping Dolphins
Nathalie Sundqvist	Norrköping Dolphins
Saga Eklöf	Norrköping Dolphins
Tuva Eklöf	Norrköping Dolphins
Annika Källman	Nyköping BBK
Ingrid Jonsson	Nyköping BBK
Frida Tolic	Oskarshamns BBK

Pojkar

Max Tärnhamn	Bankeryds BK
Simon Skiöld	Bankeryds BK
Elisha Ninkingira	Eskilstuna BBK
Gabriel Walldin	Eskilstuna BBK
Kedus Hailu Berhane	Eskilstuna BBK
Linus Khoang	Eskilstuna BBK
Mert Senyildiz	Eskilstuna BBK
Tim Gunnar	KFUM Kalmar
Mohammed Kaya	KFUM Katrineholm
Tore Högbacke	KFUM Katrineholm
August Franzén	KFUM Linköping
David Delviken	KFUM Linköping
Noah Lindén	KFUM Linköping
Noel Johansson	KFUM Linköping
Abdirahman Ali	KFUM Nässjö
Alvin Bergkvist	KFUM Nässjö
Alwin Svensson	KFUM Nässjö

BONNIER
Bonnierförlagen



Scandic



inprint



LOKA

Folksam

molten
For the real game





Regionverksamheten U15 Östra, 2018/19

Matilda Magnusson	Oskarshamns BBK	David Elofson	KFUM Nässjö
Agata Zawadowska	Södertälje BBK	Gabriel Alvarsson	KFUM Nässjö
Alva Guvå	Södertälje BBK	Jakob Käll	KFUM Nässjö
Andrea Müller	Södertälje BBK	Kevin Germundsson	KFUM Nässjö
Anja Lemon	Södertälje BBK	Oskar Cantby	KFUM Nässjö
Emilia Englund	Södertälje BBK	Robert Rockemar	KFUM Nässjö
Felicia Höglund	Södertälje BBK	Lucas Björne	Motala BK
Ingrid Löfgren	Södertälje BBK	Hannes Wahlstrand Hyvönen	Motala BK
Julia Barqasho	Södertälje BBK	Angelo Jallowwie	Norrköping Dolphins
Leah Cimen	Södertälje BBK	Elis Toomson	Norrköping Dolphins
Lovisa Blomberg	Södertälje BBK	Hugo Rygaard	Norrköping Dolphins
Maja Thörn Huotari	Södertälje BBK	Sebastian Grünerwald	Norrköping Dolphins
Matilda Kumlin	Södertälje BBK	Felix Masud	Södertälje BBK
Tilde Månsson	Södertälje BBK	Gustav Tibblin	Södertälje BBK
Tina Panic	Södertälje BBK	Jérémie Premat	Södertälje BBK
Emilia Hellgren	Visby BBK	Jonathan Halef	Södertälje BBK
Khadija Mustafa	Växjö Ravens	Jonathan Lancha	Södertälje BBK
		Mak Omicevic	Södertälje BBK
		Vincent Näsström	Södertälje BBK
		Bertil Sojde	Visby BBK
		Louis Lyander	Visby BBK
		Kevin Lingborg Paulsson	Växjö Ravens
		Lucas Jaramillo	Växjö Ravens
		Noah Roswall Larsson	Växjö Ravens
		Simon Markovski	Växjö Ravens
		Chang Li	Älmhults Beasts BC

BONNIER
Bonnierförlagen



Scandic



inprint



LOKA

Folksam

molten
For the real game





Regionverksamheten U15 Östra, 2018/19

Kontaktinformation

Regionansvarig Östra

Peter Stenius 070-7345521 Peter.Stenius@basket.se

Regionansvarig fysio

Erica Svanhagen 070-6192931 erica.svanhagen@gmail.com
Sarah Jansson

Ledarstab Flickor

Benjamin Howard
Stefan Thorell
Roland Busk

Ledarstab Pojkar

Mille Panic
Slobodan Orlovic
Pejang Tahmasebi

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

