



Regionverksamhet U15 Östra 2017/18

Kallelse U15!

Kallelse till Regionläger 3 i Katrineholm. Enligt tidigare utskick är detta det tredje av fem 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 3

Datum: 2-4 mars, Katrineholm

Plats: Duveholmsskolan/hallen

Tid: Incheckning i **Duveholmshallen** 15.45-16.00 den 2/3 – avslutning ca 13:00 - 13.30 den 4/3.

Kostnad: **725 kr** som betalas in på IK Eos **bankgiro 269-2499** (IK Eos sköter på uppdrag av SBBF den ekonomiska redovisningen för Regionverksamheten säsongen 2017/2018).

Märk inbetalningen med "Spelarens Namn - Region Östra Läg. 3 U15".

Betala in senast 1 feb. om ni inte redan gjort det.

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.

Om man avanmäler (Sjukdom, skada, etc...) 10 dagar innan start på läger fås allt utom administrationsavgift på 100 kr åter. Sker avanmälan mindre än 10 dagar innan så fås allt utom 400kr tillbaka. – **ALLA** avanmälningar **MÅSTE** ske genom mail till Regionansvarige Peter Stenius senast 10 dagar före lägerstart.

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 Peter Stenius.

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.**



Regionverksamhet

U15 Östra

2017/18

U15

Fredag

15.45-16.00	Incheckning	Alla	Duveholmshallen
16.00-16.30	Samling/start	Alla	A-hallen
17.00-18.30	Basket 1	Flickor 1	B-hallen
17.00-18.30	Fyspass	Flickor 2	C-hallen
17.00-18.45	Basket 1	Pojkar 1	A-hallen
18.30-20.00	Basket 1	Flickor 2	B-hallen
18.30-20.00	Fyspass	Flickor 1	C-hallen
18.45-20.30	Basket 1	Pojkar 2	A-hallen
20.00-21.00	Middag	Alla	Matsalen
22.00	Läggdags/samling	Alla	Sovsalar
22.30	Tyst på rummen	Alla	Sovsalar

Lördag

07.15-08.15	Frukost	Alla	Matsalen
08.30-10.00	Basket 2	Pojkar 2	B-hallen
08.30-10.00	Fyspass	Pojkar 1	C-hallen
08.30-10.15	Basket 2	Flickor 2	A-hallen
10.00-11.30	Basket 2	Pojkar 1	B-hallen
10.00-11.30	Fyspass	Pojkar 2	C-hallen
10.15-12.00	Basket 2	Flickor 1	A-hallen
11.30-12.30	Lunch	Alla	Matsalen
14.00-15.00	Teori	Alla	Aulan
15.00-15.30	Mellis	Alla	Matsalen
16.00-18.00	Basket 3 + yoyo	Flickor 2	A-hallen
	Basket 3 + yoyo	Pojkar 2	B-hallen
18.00-20.00	Basket 3 + yoyo	Flickor 1	A-hallen
	Basket 3 + yoyo	Pojkar 1	B-hallen
19.30-20.30	Middag	Alla	Matsalen
22.00	Läggdags/samling	Alla	Sovsalar
22.30	Tyst på rummen	Alla	Sovsalar

Söndag

07.00-08.00	Frukost	Alla	Matsalen
08.00	Utomhuslöpning	P/F 1	Samling i entrén
08.30-10.00	Basket 4	Flickor 1	B-hallen
	Basket 4	Pojkar 1	A-hallen
09.30	Utomhuslöpning	P/F 2	Samling i entrén
10.15-11.45	Basket 4	Flickor 2	B-hallen
	Basket 4	Pojkar 2	A-hallen
11.30-12.30	Lunch	Alla	Matsalen
12.30-13.00	Avslutning	Alla	Matsalen



Regionverksamhet

U15 Östra

2017/18

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
- Ifyllt Sommarträningsdagboks schema (gäller er som har skrivit, ej obligatoriskt)
- **Kläder och skor för att jogga utomhus.**

Kommande program

- Läger 4 27 – 29 april Södertälje. Endast inbjudna (30-35 spelare)
- Miki Herkel Cup 1 - 3 juni Södertälje. Endast inbjudna (15 spelare)

Kallade Region Östra Flickor och Pojkar -03

Pojkar

Albin Atovic	Forum Basket
Albin Rosenlund	Norrköping Dolphins
André Torége	Södertälje BBK
Anton Politis	KFUM Nässjö
Axel Gustafsson	Södertälje BBK
Danilo Crnic	Växjö Ravens
David Newton	Forum Basket
Elias Jansson	Norrköping Dolphins
Enlil Danial	Södertälje BBK
Filip Forsgren	Norrköping Dolphins
George Mansour	Norrköping Dolphins
Ghassan-Luke Hermés	Södertälje BBK
Guled Abubakar	Växjö Ravens
Hampus Ekner Zetterlund	Södertälje BBK
Hugo Lilja	KFUM Linköping
Jacob Klingensterina	KFUM Nässjö
Jan Ala-Tainio	Södertälje BBK
Joel Eriksson	KFUM Katrineholm
Johan Lindqvist	Södertälje BBK
Jonatan Strömberg	KFUM Linköping
Kevin Brandt	Södertälje BBK
Kevin Jonsson	KFUM Katrineholm

Flickor

1 Agnes Thorén	Brahe Basket
2 Alice Ninov Medin	Växjö Ravens
3 Alma Larsson	KFUM Nässjö
4 Alma Svensson	KFUM Nässjö
5 Amanda Ninov Medin	Växjö Ravens
6 Amie Lindberg Kebbeh	Södertälje BBK
7 Christina Youssef	Södertälje BBK
8 Ebba Guvå	Södertälje BBK
9 Emelie Nguyen	KFUM Katrineholm
10 Emma Johansson	Forum Basket
11 Emma Rydin	KFUM Nässjö
12 Emmie Persson	Oskarshamn BBK
13 Evelina Izgin	Södertälje BBK
14 Felicia Holm	Älmhults Beasts BC
15 Hanna Klingberg	KFUM Nässjö
16 Ida Segolsson	Forum Basket
17 Josephine Edberg	Norrköping Dolphins
18 Jovana Kvocka	Södertälje BBK
19 Julia Lenngren	Norrköping Dolphins
20 Karolina Andersson	Norrköping Dolphins
21 Linnea Godlund	KFUM Katrineholm
22 Lisa Fredriksson	Brahe Basket



Regionverksamhet

U15 Östra

2017/18

Lukas Samoel	Södertälje BBK	23	Lova Pettersson	KFUM Katrineholm
Max Hellström	KFUM Kalmar	24	Maria Bergström	Brahe Basket
Michael Nijm	KFUM Linköping	25	Natalie Lindén	KFUM Katrineholm
Niklas Johansson	Södertälje BBK	26	Nora Herskoi	Södertälje BBK
Noa Hällvall	Norrköping Dolphins	27	Sama Daddi	Södertälje BBK
Oliwer Hillerström	Forum Basket	28	Smilla Andersson	Nyköping BBK
Oliver Nielsen	KFUM Kalmar	29	Sofia Fager	Södertälje BBK
Olle Olheim	Södertälje BBK	30	Stella Sanderberg	KFUM Katrineholm
Patrik Neuhofer	Södertälje BBK	31	Tilda Sjökvist	Brahe Basket
Paul Emmanuel Degillo	Norrköping Dolphins	32	Tintin Henningson	KFUM Nässjö
Philip Schröder	Norrköping Dolphins	33	Towe Karlsson	Södertälje BBK
Rasmus Eriksson	KFUM Nässjö	34		
Rawaz Selim	KFUM Linköping	35		
Teodor Manfredsson	Södertälje BBK	36		
Theo Bäcklund	Norrköping Dolphins	37		
Victor Nilsson	Södertälje BBK	38		
Viktor Schilström	Södertälje BBK	39		
Wilhelm Söderström	KFUM Katrineholm	40		
Vincent Brage Mladenovic	KFUM Nässjö	41		

Kontaktinformation

Regionansvarig Östra

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

Regionansvarig fysio

Patrick Häggström 073-6404698 patrick@plusrehab.se

Erica Svanhagen (ass.) 0706-192931 erica.svanhagen@gmail.com

Ledarstab Flickor

Torgny Lundin
Catrin Andersson
Velibor Vojinovic
Peter Johansson

Ledarstab Pojkar

Tobias Andersson
Henrik Peyron
Abdoulaye Konate
Oliver Malekzadegan