



Regionverksamheten U15 Östra, 2018/19

Kallelse U15!

Kallelse till Regionläger 3 i Södertälje. Enligt tidigare utskick är detta det tredje 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 3

Datum: 1-3 mars 2019.

Plats: Täljehallen/Rosenborgsskolan.

Tid: Incheckning i matsalen 15.45-16.00 den 1/3 – avslutning ca 13:00 den 3/3.

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. 3 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.

– 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.

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

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

Kallade Region Östra Flickor och Pojkar -04

Flickor	Klubb	Pojkar	Klubb
Ella Petersson	Brahe Basket	Max Tärnhamn	Bankeryds BK
Moa Sandström	Brahe Basket	Simon Skiöld	Bankeryds BK
Nova Grimfjord	Brahe Basket	Elisha Ninkingira	Eskilstuna BBK
Tindra Rosén Fagerström	Brahe Basket	Gabriel Walldin	Eskilstuna BBK
Tyra Silfverhjem	Brahe Basket	Linus Khoang	Eskilstuna BBK
Emilia Söderkvist	Forum Basket	Mert Senyildiz	Eskilstuna BBK
Hedda Erixon	KFUM Nässjö	Tim Gunnar	KFUM Kalmar
Zaga Lundqvist	KFUM Nässjö	Mohammed Kaya	KFUM Katrineholm
Nathalie Sundqvist	Norrköping Dolphins	Tore Högbäcke	KFUM Katrineholm
Frida Tolic	Oskarshamns BBK	August Franzén	KFUM Linköping
Matilda Magnusson	Oskarshamns BBK	David Delviken	KFUM Linköping
Agata Zawadowska	Södertälje BBK	Noah Lindén	KFUM Linköping
Alva Guvå	Södertälje BBK	Noel Johansson	KFUM Linköping
Andrea Müller	Södertälje BBK	Abdirahman Ali	KFUM Nässjö
Anja Lemon	Södertälje BBK	Alvin Bergkvist	KFUM Nässjö
Emilia Englund	Södertälje BBK	Alwin Svensson	KFUM Nässjö
Felicia Höglund	Södertälje BBK	David Elofson	KFUM Nässjö
Frida Falkbråten	Södertälje BBK	Gabriel Alvarsson	KFUM Nässjö
Ingrid Löfgren	Södertälje BBK	Jakob Käll	KFUM Nässjö
Julia Barqasho	Södertälje BBK	Kevin Germundsson	KFUM Nässjö

BONNIER
Bonnierförlagen



Scandic



inprint



LOKA

Folksam

molten
For the real game





Regionverksamheten U15 Östra, 2018/19

Leah Cimen	Södertälje BBK	Oskar Cantby	KFUM Nässjö
Lovisa Blomberg	Södertälje BBK	Robert Rockemar	KFUM Nässjö
Maja Thörn Huotari	Södertälje BBK	Lucas Björne	Motala BK
Matilda Kumlin	Södertälje BBK	Angelo Jallowwie	Norrköping Dolphins
Tilde Månsson	Södertälje BBK	Elis Toomson	Norrköping Dolphins
Tina Panic	Södertälje BBK	Hugo Rygaard	Norrköping Dolphins
Khadija Mustafa	Växjö Ravens	Sebastian Grünerwald	Norrköping Dolphins
		Edvin Berg	Södertälje BBK
		Felix Masud	Södertälje BBK
		Jérémie Premat	Södertälje BBK
		Jonathan Lancha	Södertälje BBK
		Mak Omicevic	Södertälje BBK
		Vincent Näsström	Södertälje BBK
		Louis Lyander	Visby BBK
		Noah Roswall Larsson	Växjö Ravens
		Simon Markovski	Växjö Ravens
		Stefan Jovic	Växjö Ravens
		Chang Li	Älmhults Beasts BC

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

BONNIER
Bonnierförlagen



Scandic



inprint



LOKA

Folksam

molten
For the real game





Regionverksamheten U15 Östra, 2018/19

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

