



Regionverksamhet Stockholm Syd 2018-2019

Tack för din anmälan!

Region Stockholm Syd tackar för din anmälan till årets regionverksamhet för pojkar & flickor födda -04 och bjuder härmed in dig till Haninge den *14-16 september*. Enligt tidigare utskick är detta den första av tre helger med Region Stockholm Syd.

Uptagningsområdet är: Alvik Basket, KFUM Lidingö, KFUM Central, Kungsholmen Basket, KFUM Fryshuset, Hammarby Basket, Skuru Basket, Värmdö IF, Saltsjöbadens IF, KFUM JKS, Tumba Goif, KFUM Huddinge, KFUM Tyresö, Bagarmossen Basket, Sättra IF, Sydcenter, AFC Jordbro, KFUM Botkyrka och Haga Haninge.

Vi önskar er varmt välkomna till Fredrika Bremergymnasiet och Torvalla Sporthall!

Läger 1

Datum: 14-16 sep

Plats: Fredrika Bremergymnasiet (Invigning/avslutning + boende + mat), Dalarövägen 64
Torvalla Sim- och Sporthall (träningarna), Dalarövägen 66, 135 45 Haninge

Tid: Samling kl 15.45 den 14/9 –avslutning ca 14.00 den 16/9.

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 Stockholm Syd Läg. 1 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.

BONNIER
Bonnierförlagen



Scandic



inprint



LOKA

Folksam

molten
For the real game





Regionverksamhet Stockholm Syd 2018-2019

Vid förhinder (skada, sjukdom, etc.) kontakta Regionansvarig omedelbart för att avboka. Se inbjudan för avbokningsregler.

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 Johan Persson.

Schema

Vi börjar med gemensam samling för presentation av ledare och allmän information strax efter incheckningen kl.15.45

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.

| Dag | Klockslag | Tjejgrupp | Killgrupp | Aktivitet | Plats |
|-------------|-------------|-----------|-----------|--------------|-----------------|
| fredag 14/9 | 15:45-16:15 | Alla | Alla | Incheckning | Fredrika Bremer |
| | 16:15-16:40 | Alla | Alla | Invigning | Fredrika Bremer |
| | 17:00-18:45 | DU15 GR1 | HU15 GR1 | Basketpass 1 | Torvalla A + B |
| | 17:45-18:45 | | DU15 GR2 | Fyspass | Torvalla C |
| | 19:00-20:45 | DU15 GR2 | HU15 GR2 | Basketpass 1 | Torvalla A + B |
| | 19:00-20:00 | | DU15 GR1 | Fyspass | Torvalla C |
| | 20:30-21:45 | Alla | Alla | Middag | Matsalen |
| | 22:30 | Alla | Alla | Sovdags | Tyst på rummen |
| lördag 15/9 | 07:00-07:45 | DU15 GR1 | HU15 GR1 | Frukost | Matsalen |
| | 07.30-08.15 | DU15 GR2 | HU15 GR2 | Frukost | Matsalen |
| | 08:15-09:45 | DU15 GR1 | HU15 GR1 | Basketpass 2 | Torvalla A + B |
| | 08:50-09:50 | | HU15 GR2 | Fyspass | Torvalla C |
| | 10:00-11:30 | DU15 GR2 | HU15 GR2 | Basketpass 2 | Torvalla A + B |
| | 10:00-11:00 | | HU15 GR1 | Fyspass | Torvalla C |
| | 11:15-12:30 | Alla | Alla | Lunch | Matsalen |

BONNIER
Bonnierförlagen



Scandic



inprint



LOKA

Folksam

molten
For the real game



Regionverksamhet Stockholm Syd 2018-2019

| | | | | | |
|--------------------|-------------|----------|----------|----------------|------------------------|
| | 13:00-14:00 | Alla | Alla | Teori | Aulan |
| | 14:00 | DU15 GR1 | | Mellanmål | Matsalen |
| | 14:15 | | HU15 GR1 | Mellanmål | Matsalen |
| | 14:30 | DU15 GR2 | HU15 GR2 | Mellanmål | Matsalen |
| | 15:00 | DU15 GR1 | | Cooper test | Löparbanan |
| | 15:30 | | HU15 GR1 | Cooper test | Löparbanan |
| | 16:00 | DU15 GR2 | | Cooper test | Löparbanan |
| | 16:30 | | HU15 GR2 | Cooper test | Löparbanan |
| | 17:15-18:45 | DU15 GR1 | HU15 GR1 | Basketpass 3 | Torvalla A + B |
| | 19:00-20:30 | DU15 GR2 | HU15 GR2 | Basketpass 3 | Torvalla A + B |
| | 19:30-21:30 | Alla | Alla | Middag | Matsalen |
| | 22:30 | Alla | Alla | Sovdags | Tyst på rummen |
| söndag 16/9 | 07:00-07:30 | DU15 GR1 | HU15 GR1 | Frukost | Matsalen |
| | 07.30-08.00 | DU15 GR2 | HU15 GR2 | Frukost | Matsalen |
| | 08.00-09.00 | Alla | Alla | Städning | Fredrika Bremer |
| | 09:00 | DU15 GR1 | HU15 GR1 | Utomhuslöpning | Entrén Fredrika Bremer |
| | 09:30-11:00 | DU15 GR1 | HU15 GR1 | Basketpass 4 | Torvalla A + B |
| | 10:30 | DU15 GR2 | HU15 GR2 | Utomhuslöpning | Entrén Fredrika Bremer |
| | 11:00-12:30 | DU15 GR2 | HU15 GR2 | Basketpass 3 | Torvalla A + B |
| | 11:30-13:30 | Alla | Alla | Lunch | Matsalen |
| | 12:45-13:30 | | | Föräldramöte | Aulan |
| | 13:30-14:00 | Alla | Alla | Avslutning | Aulan |

Obligatorisk utrustning

BONNIER
Bonnierförlagen



Scandic



inprint



LOKA

Folksam

molten
For the real game



Regionverksamhet Stockholm Syd 2018-2019

- 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"), Skavsårspåster
- **Kläder och skor för att jogga utomhus.**

Kommande program

- Läger 2 7 - 9 december Haninge
- Läger 3 1 - 3 mars Haninge
- Miki Herkel Cup 6 - 9 juni Södertälje Endast de som blir inbjudna (15 spelare/kön)

Kallade Region Stockholm Syd Flickor och Pojkar -04

| Namn | Klubb | Namn | Klubb |
|------------------------|--------------|---------------------------|-----------------|
| Amanda Öberg | Alvik | Alexander Wright | Alvik |
| Elin Lysholm | Alvik | Axel Hjelsäter | Alvik |
| Elsa Afzelius | Alvik | Edvin Gatter | Alvik |
| Emma Kallis | Alvik | Fabian Frenander | Alvik |
| Hanna Missailidis | Alvik | Love Norén | Alvik |
| Kajsa Tunberger | Alvik | Max Frösslund | Alvik |
| Kristina Waak | Alvik | Måns Edwardsson | Alvik |
| Linn Gustafsson | Alvik | Petter Wickström | Alvik |
| Miriam Herulf | Alvik | Colin Brogren | Hammarby Basket |
| Märta Moberg | Alvik | Edwin Sunnebo | Hammarby Basket |
| Sandra Rosenquist | Alvik | Hugo Block | Hammarby Basket |
| Cecilia Vicky Akpa | Botkyrka BK | Julian Söderström Clolien | Hammarby Basket |
| Dicle Ciftci | Botkyrka BK | Ludwig Sjödin | Hammarby Basket |
| Edessa Noyan | Botkyrka BK | Philip Hauff | Hammarby Basket |
| Kristina Milivojević | Botkyrka BK | Simon Tesfit | Hammarby Basket |
| Melissa Behaye | Botkyrka BK | Svante Ekengren | Hammarby Basket |
| Agnes Le Duc Johansson | KFUM Central | Victor Andersson | Hammarby Basket |

Regionverksamhet Stockholm Syd 2018-2019

| | | | |
|---------------------------|--------------------|------------------------|-------------------|
| Alva Dencker | KFUM Central | Axel Clark | KFUM Central |
| Amanda Mörch | KFUM Central | Donis Berggren Antoni | KFUM Central |
| Cornelia Anell | KFUM Central | Filip Babovic | KFUM Central |
| Ebba Brandt | KFUM Central | Fredrik Haegerstrand | KFUM Central |
| Ella Norman | KFUM Central | Jens Örnehed | KFUM Central |
| Fabienne Persson | KFUM Central | Linus Skeppar | KFUM Central |
| Filippa Tobieson | KFUM Central | Vilmer Josephson | KFUM Central |
| Frida Imsgård | KFUM Central | Aaron Hesselberg | KFUM Fryshuset |
| Ida Carlstedt | KFUM Central | Elias Thunberg | KFUM Fryshuset |
| Martina Bengtsson | KFUM Central | Elliot Lidberg | KFUM Fryshuset |
| Milla Wetterdal todorovic | KFUM Central | Jeremiah Steen Vivanco | KFUM Fryshuset |
| Nadine Allard | KFUM Central | John Börjeson | KFUM Fryshuset |
| Nike Norman | KFUM Central | Leonardo Edlund | KFUM Fryshuset |
| Stephanie Sevebjörk | KFUM Central | Max Thunberg | KFUM Fryshuset |
| Clara Nilson Salazar | KFUM Fryshuset | Victor Johnson-saka | KFUM Fryshuset |
| Deborah Tambwé | KFUM Fryshuset | Alvin Dahlqvist | KFUM Haga Haninge |
| Iris Andersson | KFUM Fryshuset | Elias El Kadaoui | KFUM Haga Haninge |
| Amanda Svedin | KFUM Haga Haninge | Leon Sandin | KFUM Haga Haninge |
| Carolin Olsson | KFUM Haga Haninge | Matthias Wilhelmi | KFUM Haga Haninge |
| Dayna Ghaffari | KFUM Haga Haninge | Naveed Adem | KFUM Haga Haninge |
| Fredrika Grubeck | KFUM Haga Haninge | Nikola Novakovic | KFUM Haga Haninge |
| Ida Allberg | KFUM Haga Haninge | Simon Ali | KFUM Haga Haninge |
| Julia Ringblom | KFUM Haga Haninge | Dawid Lasek | KFUM Huddinge BBK |
| Molly Bossel | KFUM Haga Haninge | Gustaf Johansson | KFUM Huddinge BBK |
| Sanja Niketic | KFUM Haga Haninge | Juan Pablo Moreno | KFUM Huddinge BBK |
| Tuva Kemetli | KFUM Haga Haninge | Nenad Saric | KFUM Huddinge BBK |
| Fredrika Dahlberg Skogh | KFUM Lidingö | Alex Hagdahl | KFUM Lidingö |
| Ingrid Alpman | KFUM Lidingö | Felix Alpman | KFUM Lidingö |
| Matilda Key | KFUM Lidingö | Gustaf Pettersson | KFUM Lidingö |
| Stella Borgklint | KFUM Lidingö | Gustav Bengtson | KFUM Lidingö |
| Joline Lundin | Kungsholmen Basket | Jakob Renqvist | KFUM Lidingö |
| Anna Nord | Skuru Basket | Linus Langseth | KFUM Lidingö |
| Astrid Hänsel | Skuru Basket | Linus Lindqvist | KFUM Lidingö |
| Elina Aslani Asl | Skuru Basket | Ludvig Von sydow | KFUM Lidingö |
| Lisa Elsnitz | Skuru Basket | Otto Häger | KFUM Lidingö |
| Magda Hjelmborn | Skuru Basket | Simon Busch | KFUM Lidingö |



Regionverksamhet Stockholm Syd 2018-2019

Minou Bäckman
Yosan Yosief
Eira Kjellnäs
Emelie Sellman
Emilia Forss
Emma Ignell
Engla Hänsel
Jessica Bergström
Narmin Ameen
Stella Louise Hudin

Skuru Basket
Skuru Basket
Åkersberga Basket
Åkersberga Basket
Åkersberga Basket
Åkersberga Basket
Åkersberga Basket
Åkersberga Basket
Åkersberga Basket
Åkersberga Basket
Åkersberga basket

Theodor Hedenström
Viktor Lilliesköld
Alfred Bergh
Arvid Stenhag
Christoffer Hulting
David Tjernell
Dustin Glickman
Erik Olsson
Eskil Anderson
Felix Wollberg
Henry Eriksson
Hugo Bjurdalen
Hugo Fagerstedt
Johan Rosenbaum
Le'on Lundin
Melvin Norrefjord
Oscar Ahlgren
Samuel Pernyer
Axel Jahrner
Elof Westberg
Samuel Sjöstrand
Viktor Jeppe

KFUM Lidingö
KFUM Lidingö
Kungsholmen Basket
Kungsholmen Basket
Kungsholmen Basket
Kungsholmen Basket
Kungsholmen Basket
Kungsholmen Basket
Kungsholmen Basket
Kungsholmen Basket
Kungsholmen Basket
Kungsholmen Basket
Kungsholmen Basket
Kungsholmen Basket
Kungsholmen Basket
Kungsholmen Basket
Kungsholmen Basket
Kungsholmen Basket
Kungsholmen Basket
Kungsholmen Basket
Skuru Basket
Skuru Basket
Skuru Basket
Skuru Basket

Kontaktinformation

Regionansvarig Stockholm Syd

Johan Persson johan.persson@basket.se

Regionansvarig fysio

Cecilia "Cilla" Ehn

BONNIER
Bonnierförlagen



Scandic



inprint



LOKA

Folksam

molten
For the real game





Regionverksamhet Stockholm Syd 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

