



Regionverksamhet U15 Östra 2016/17

Tack för din anmälan!

Region Östra tackar för din anmälan till årets regionverksamhet för pojkar & flickor födda -02 och bjuder härmed in dig till Katrineholm den 23-25 september. Enligt tidigare utskick är detta den första av fyra helger med Region Östra Upptagningsområdet är distrikten Östsvenska och Småland Blekinges BDF samt Södertälje.

Vi önskar alla varmt välkomna till Katrineholm!

Läger 1

Datum: 23-25 september

Plats: Duveholmshallen, Västgötagatan 31, 641 36 Katrineholm [Kartlänk](#)

Tid: Samling kl 16.15 den 23/9. Incheckningen i entrén är öppen mellan 15.30-16.00
Avslutning ca 12:40-13:00 den 25/9.

Kostnad: 690 kr som betalas in på IK Eos bankgiro 269-2499 (IK Eos sköter på uppdrag av SBBF den ekonomiska redovisningen för Regionverksamheten säsongen 2016/2017).

Märk inbetalningen med "Spelarens Namn - Region Östra Läg. 1 U15".

Betala in snarast 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. Vid förhinder (skada, sjukdom, etc.) kontakta Regionansvarige omedelbart så att det blir möjligt att boka av så att ni kan få del av eller hela inbetalningen tillbaka om ni redan hunnit betala. Hel återbetalning kan bara garanteras om avanmälan skett skriftligen 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 klubb 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 tagit kontakt i god tid innan lägret (minst 2 veckor) med Regionansvarige Peter Stenius.

Om du kommer med tåg

Den lokala föreningen, Katrineholm IF, kan hjälpa till med skjuts från och till Katrineholm C om ni kommer med tåg. Vänligen meddela detta till peter.stenius@basket.se senast tisdag den 20/9. Om det är flera spelare som reser tillsammans är jag tacksam om ni meddelar detta gemensamt genom att i ett och samma mail meddela ankomsttid/avresetid, klubb, antal spelare samt namn och mobilnummer till en av spelarna.

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

2016/17

Fredag 23 september

15.30-16.00	Incheckning		
16:15	Samling / start		Duveholmshallen A
17.15-18.45	Basket 1:1 Fys	grupp 1 Pojkar grupp 1 Flickor grupp 2 Pojkar	Duveholmshallen A Duveholmshallen C Duveholmshallen D
19.00-20.30	Basket 1:2 Fys	grupp 2 Pojkar grupp 2 Flickor grupp 1 Flickor	Duveholmshallen A Duveholmshallen C Duveholmshallen D
19:45 21:00	Middag Middag	grupp 1 Pojkar grupp 1 Flickor grupp 2 Pojkar grupp 2 Flickor	Matsalen
22.30	Sovdags		

Lördag 24 september

7.00-08.30	Frukost		Matsalen
08.30-10.00	Basket 2:1 Fys	grupp 1 Pojkar grupp 1 Flickor grupp 2 Flickor	Duveholmshallen C Duveholmshallen A Duveholmshallen D
10.30-12.00	Basket 2:2 Fys	grupp 2 Pojkar grupp 2 Flickor grupp 1 Pojkar	Duveholmshallen C Duveholmshallen A Duveholmshallen D
11.30/12.30 12.30	Lunch Lunch	grupp 1 Flickor grupp 1 Pojkar grupp 2 Flickor grupp 2 Pojkar	Matsalen
14.00-15.00 15.00-16.00	Teori Teori	grupp 1 Po/Fl grupp 2 Po/Fl	Teorival Teorival
efter teorin	Mellanmål		
16.30-18.00	Basket 3:1	grupp 1 Pojkar grupp 1 Flickor	Duveholmshallen A Duveholmshallen C
18.30-20:00	Basket 3:2	grupp 2 Pojkar grupp 2 Flickor	Duveholmshallen A Duveholmshallen C
19.00 20.30	Middag	grupp 1 Po/Fl grupp 2 Po/Fl	Matsalen
22.00	Sovdags		

Söndag 25 september



Regionverksamhet

U15 Östra

2016/17

7.00/8.00	Frukost		Matsalen
08.30-10.00	Basket 4:1	grupp 1 Pojkar grupp 1 Flickor	Duveholmshallen C Duveholmshallen A
10.15-11.45	Basket 4:2	grupp 2 Pojkar grupp 2 Flickor	Duveholmshallen C Duveholmshallen A
09.00-11.30	Städning och utrymning av sovsalar		
11.30	Lunch	grupp 1 Po/FI	Matsalen
12.00		grupp 2 Po/FI	
12:40-13:00	Avslutning		Matsalen

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

Kommande program

- Läger 2 13 - 15 januari Huskvarna
- Läger 3 28 - 30 april Södertälje
- Miki Herkel Cup 2 - 4 juni Ej klart i nuläget

Kallade Region Östra Flickor och Pojkar -02

Flickor			Pojkar	
Namn	Klubb		Namn	Klubb
Sandra Molander	Borgholm Wings	1	Erik Bengtsson	Eskilstuna Basket
Alma Front	Brahe Basket	2	Mattias Karlsson	Eskilstuna Basket
Elin Karlsson	Brahe Basket	3	Max Maaranen	Eskilstuna Basket
Tilda Lindström	Brahe Basket	4	Muorwell Kur Muorwel	Eskilstuna Basket
Clara Aulander	Forum Basket	5	Robin Nieminen	Eskilstuna Basket
Alicia Linder	Forum Basket	6	Marcus Ohlsson	Eskilstuna Basket
Giselle Sjöberg	Kalmar Saints	7	Theodor Orlovic	Eskilstuna Basket
Yonca Aloglu	Katrineholm IF	8	Brandon Sakila	Eskilstuna Basket



Regionverksamhet U15 Östra 2016/17

Ebba Bennich	Katrineholm IF	9	Noel Stephen	Eskilstuna Basket
Nadja Hausmann	Katrineholm IF	10	Daniel Ekström	Forum Basket
Klara Lundin	Katrineholm IF	11	Alexander Hyllsjö	Forum Basket
Ana Panic	Katrineholm IF	12	Mattis Ojensa	Forum Basket
Alva Carlsson	Katrineholm IF	13	Carl Ekerot	KFUM Kalmar Saints
Ella Eklöv	Norrköping Dolphins	14	Elias Josefsson Elfström	KFUM Kalmar Saints
Ida Gustavsson	Norrköping Dolphins	15	Calle Birgemo	KFUM Kalmar Saints
Ida Jonsson Ojala	Norrköping Dolphins	16	William Allen	Katrineholm IF
Moa Lindberg	Norrköping Dolphins	17	Philip Luong	Katrineholm IF
Tuva Lundin	Norrköping Dolphins	18	Lukas Samuel	Katrineholm IF
Emma Nilsson	Norrköping Dolphins	19	Fabian Smedborg	Katrineholm IF
Louise Olsson	Norrköping Dolphins	20	Håkan Öz	Katrineholm IF
Tindra Westermark	Norrköping Dolphins	21	Rahel Akrawi	Katrineholm IF
Amanda Fernqvist	Nyköping Basket	22	Emil Bengtsson	KFUM Linköping
Signe Gromulka	Nyköping Basket	23	Jacob Klingeroth	KFUM Linköping
Felicia Guillen	Nyköping Basket	24	Henrik Wahlstrand Hyvönen	Motala Basket
Alexandra Carlsson	Nyköping Basket	25	Jacob Hadi	Norrköping Dolphins
Maja Bergström	Nässjö Basket	26	Viktor Abrahamsson	Norrköping Dolphins
Elsa Engberg	Nässjö Basket	27	Erik Andersson	Norrköping Dolphins
Moa Fransson	Nässjö Basket	28	Erik Boberg	Norrköping Dolphins
Alva Hallberg	Nässjö Basket	29	Oliver Cupan	Norrköping Dolphins
Johanna Wårdmark	Nässjö Basket	30	Martin Dufva	Norrköping Dolphins
Alva Jisvik	Oskarshamn BBK	31	Wilhelm Karenryd	Norrköping Dolphins
Amanda Sjögren	Oskarshamn BBK	32	Filip Ohlsson	Norrköping Dolphins
Anna Carnell	Södertälje BBK	33	Jonathan Sjöman	Norrköping Dolphins
Linnea Ehrencrona	Södertälje BBK	34	Lukas Viking	Norrköping Dolphins
Sasithon Kaeosing	Södertälje BBK	35	Felix Vågerud	Norrköping Dolphins
Wilma Mouritsen Mäkelä	Södertälje BBK	36	Hugo Öhr	Norrköping Dolphins
Thea Ramberg	Södertälje BBK	37	Faruk Music	Norrköping Dolphins
Emilia Roos	Södertälje BBK	38	Filip Cantby	Nässjö Basket
Doris Ruzima	Södertälje BBK	39	Oscar Eberhardsson	Nässjö Basket
Emilia Tahan	Södertälje BBK	40	Gustaf Jansohn	Nässjö Basket
Theodora Talvitie Nilsson	Södertälje BBK	41	Felix Larsson	Nässjö Basket
Sara Fällman	Södertälje BBK	42	Hugo Nordek	Nässjö Basket
Ellen Westin	Södertälje BBK	43	Alexander Politis	Nässjö Basket
Elsa Grufstedt	Visby BBK	44	Jonathan Rönnerfors	Nässjö Basket
Thelma Qviström	Visby BBK	45	David Baydono	Södertälje BBK
Felicia Thomsson	Visby BBK	46	Bonheur Boykoule	Södertälje BBK
Melek Ahmedof	Växjö Ravens	47	David Hermansson	Södertälje BBK
		48	Bethel Aigbona Imhanluohan	Södertälje BBK



Regionverksamhet U15 Östra 2016/17

		49	Tomas Izgin	Södertälje BBK
		50	Devante Odede	Södertälje BBK
		51	Brian Pettersson	Södertälje BBK
		52	Albin Wahlström	Södertälje BBK
		53	Simon Malmqvist-Scott	Södertälje BBK
		54	Sofian Guennoun	Visby BBK
		55	Alexander Björfjäll	Växjö Ravens
		56	Juliuz Egerbo	Växjö Ravens
		57	Johannes Kåberg	Växjö Ravens
		58	Oskar Lagergren	Växjö Ravens
		59	Filip Mukka	Växjö Ravens
		60	Gueldon Roble	Växjö Ravens
		61	Filip Sandberg	Växjö Ravens

Vi har startat en Facebook sida för Regionverksamheten där vi hoppas nå ut tydligt och enkelt samlat på ett ställe med information som berör oss alla inblandade över hela Sverige. Ni hittar sidan på denna länken som vi hoppas ni ska gilla.

<https://www.facebook.com/Regionverksamheten/>

Kontaktinformation

Regionansvarig Östra

Peter Stenius peter.stenius@basket.se 0707-345521

Regionfysio Östra

Patrick Häggström patrick@plusrehab.se 0736-404 698



Regionverksamhet U15 Östra 2016/17