



Regionverksamhet Östra 2013/14

Tack för din anmälan!

Svenska Basketboll förbundet (SBBF) vill härmed inbjuda till regionverksamhet i **Region Östra** för pojkar & flickor **födda -00**. SBBF genomför from 2013/14 verksamhet i **sex regioner**: Norra, Mellersta, Stockholm Syd, Stockholm Nord, Östra och Södra.

Vi använder oss av de kunskaper vi samlat på oss från tidigare år, samt influenser från omvärld och forskning. För att göra denna verksamhet tillgänglig för ännu fler spelare utökar vi verksamheten från fyra till sex regioner till landslagsåret 2014 för U14-kategorin. Dessa sex regioner kommer att förlängas in i U15-landslagsåret 2015. I varje region genomförs U14-verksamheten i tre regionala läger.

Region Östra upptagningsområde är distrikten Östsvenskas BDF, Småland-Blekinges BDF, Södertälje och Nykvarn.

Läger 1

Datum: 11-13/10 2013

Plats: Täljehallen, Rektorsvägen 4, Södertälje, [karta](#)

Tid: Samling ca 16.00 på fredagen (*incheckning öppen från 15.30*)
Avslutning ca 12.30 på söndagen

Kostnad: 650 kr alternativt 1650 kr (om man betalar till ALLA tre lägren direkt) som betalas in på IK Eos bankgiro 269-2499 (IK Eos sköter på uppdrag av SBBF den ekonomiska redovisningen för Regionverksamheten säsongen 2013/2014).

Märk inbetalningen med "Spelarens Namn - Region Östra Läg. 1 U14"

Medtag kvitto till registreringen – betala in 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.

Obligatorisk utrustning

- Boll
- Anteckningsmaterial
- Bok/läsmaterial för vilopausar
- Vattenflaska
- Löparskor och kläder för utomhusjogg
- Sovutrustning för **övernattning på hårt underlag** (luftmadrass, sovsäck, kudde eller likn.).
- Träningskläder (Fyra träningar + Fyspass) & Hygienartiklar
- Ditt ordinarie matchställ från Din klubb (ljus och mörk)
- Utrustning vid skada: Elastisk binda ("Dauer-binda"), tejp ("Coachtape"), Skavsårsplåster



Regionverksamhet Östra 2013/14

Schema Läger 1 – Södertälje 11-13 Oktober (*preliminärt schema*)

Obs! Middag 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.

Fredag 11 oktober

16.00	Incheckning		Täljehallen
17.00	Samling och teori	Po/FI	Rosenborgskolans matsal
17.45-19.15	Basket 1:1	grupp 1 Flickor	Tälje gymnasium
17.45-19.15	Fysteknik	grupp 2 Pojkar	Styrkelokalen
18.00-19.30	Basket 1:1	grupp 1 Pojkar	Tälje A
19.30-21.00	Basket 1:2	grupp 2 Flickor	Tälje gymnasium
19.30-21.00	Fysteknik	grupp 1 Flickor	Styrkelokalen
19.30-21.00	Basket 1:2	grupp 2 Pojkar	Tälje A
20.15-21.30	Middag	Po/FI	Matsalen
22.30	Sovdags		

Lördag 12 oktober

07.00	Frukost	grupp 1 Flickor & Pojkar	Matsalen
07.30		grupp 2 Flickor	
08.00		grupp 2 Pojkar	
08.30-10.00	Basket 2:1	grupp 1 Flickor	Tälje A+C
08.30-10.00	Basket 2:1	grupp 1 Pojkar	Tälje gymnasium
08.45-10.15	Fysteknik	grupp 2 Flickor	Styrkelokalen
10.15-11.45	Fysteknik	grupp 1 Pojkar	Styrkelokalen
10.30-12.00	Basket 2:2	grupp 2 Pojkar	Tälje gymnasium
10.30-12.00	Basket 2:2	grupp 2 Flickor	Tälje A+C
11.30-12.30	Lunch	Po/FI	Matsalen
14.00	Basketligan Dam: Telge – Mark		
15.45	Mellanmål	Po/FI	Matsalen
16.00	Basketligan Herr: Södertälje Kings - Eco Örebro		
17.45-19.15	Basket 3:1	grupp 1 Flickor	Rosenborg
18.00-19.30	Basket 3:1	grupp 1 Pojkar	Tälje A+B
19.30-21.00	Basket 3:2	grupp 2 Flickor	Rosenborg
19.30-21.00	Basket 3:2	grupp 2 Pojkar	Tälje A+B
20.00-21.30	Middag	Po/FI	Matsalen
ca 22.00	Sovdags		

Söndag 13 oktober

07.00	Frukost	grupp 2 Po/FI	matsalen
08.00		grupp 1 Po/FI	matsalen
08.30-10.00	Basket 4:1	grupp 2 Pojkar	Tälje gymnasium
		grupp 2 Flickor	Tälje A+B
10.15-11.45	Basket 4:2	grupp 1 Pojkar	Tälje gymnasium
		grupp 1 Flickor	Tälje A+B
08.00-11.00	Städning och utrymning av sovsalar		
11.30-12.45	Lunch		
12.15	Samling och avslutning Po/FI matsalen		



Regionverksamhet Östra 2013/14

Anmälda spelare

Flickor 00			Pojkar 00	
Namn	Klubb		Namn	Klubb
Alexandra Juhlin	Borgholm Wings	1	Danilo Nijemcevic	Brahe Basket
Felicia Jotarv	Borgholm Wings	2	Tom Hallgren	Brahe Basket
Moa Pantzar	Borgholm Wings	3	Simon Findén	Eskilstuna Basket
Olivia Molander	Borgholm Wings	4	Thomas Chammas	Eskilstuna Basket
Ebba Sjökvist	Brahe Basket	5	Alfred Carlqvist	Forum Basket (Beavers)
Fanny Arvidsson	Brahe Basket	6	Jacob Segolsson	Forum Basket (Beavers)
Hannah Wester	Brahe Basket	7	Ludvig Forsberg	Forum Basket (Beavers)
Linnéa Kindbom	Brahe Basket	8	Sebastian Sjöberg	Kalmar Saints Basket
Maja Leidefors	Brahe Basket	9	Simon Toulikas	Kalmar Saints Basket
Hanna Karlsson	Flens IF Södra	10	Stefan Dajic	Katrineholms IF
Maja Karlsson	Flens IF Södra	11	Adam Holman	KFUM Linköping
Mersedeh Nazari	Flens IF Södra	12	Elias Jonsson	KFUM Linköping
Rebecca Schröder	Flens IF Södra	13	Erik Berggren	KFUM Linköping
Alice Malmström	Kalmar Saints Basket	14	Hampus Svensson	KFUM Linköping
Alva Nuñez Halldin	Norrköping BBF	15	Hannes Fagerström	KFUM Linköping
Emma Hellman	Norrköping BBF	16	Olle Carlstedt	KFUM Linköping
Lisa Ericson	Norrköping BBF	17	Pontus Björklid	KFUM Linköping
Melanie González	Norrköping BBF	18	Rama Nofodji	KFUM Linköping
Vanessa Taylor	Norrköping BBF	19	Alfons Vestergaard	Norrköping BBF
Alma Zetterstrand	Nyköping Basket	20	Edwin Johansson	Norrköping BBF
Denise Stenius	Nyköping Basket	21	Elliot Liljeberg	Norrköping BBF
Linda Adolfsson Eriksson	Nyköping Basket	22	Emil Franzén	Norrköping BBF
Mimmi Kjellgren	Nyköping Basket	23	Filip Håkansson	Norrköping BBF
Sanna Musslinder	Nyköping Basket	24	Hampus Bartolic	Norrköping BBF
Wilma Bergqvist	Nyköping Basket	25	Lucas Jansson	Norrköping BBF
Clara Gustavsson	Nässjö Basket	26	Ludvig Worge	Norrköping BBF
Fanny Erixon	Nässjö Basket	27	Philippe Sergander	Norrköping BBF
Josephine Karlsson	Nässjö Basket	28	Pontus Kjellström	Norrköping BBF
Lovisa Holm	Nässjö Basket	29	Anton Steen	Nässjö Basket
Maja Erixon	Nässjö Basket	30	Oliver Kall Newman	Nässjö Basket
Michaela Franzen	Nässjö Basket	31	Alex Olofsson	Södertälje BBK
Tilda Larsson	Nässjö Basket	32	Andreas Hrasteu Elimä	Södertälje BBK
Filippa Ramberg	Södertälje BBK	33	Daniel Dubois	Södertälje BBK
Jennifer Lindqvist	Södertälje BBK	34	Filip Kurjak	Södertälje BBK
Johanna Izgin	Södertälje BBK	35	Johan Jungland	Södertälje BBK
Kajsa Dahlin	Södertälje BBK	36	Johan Langwagen	Södertälje BBK
Morena Malaki	Södertälje BBK	37	Martin Broander	Södertälje BBK
Nora Bouchta	Södertälje BBK	38	Noah Blommé	Södertälje BBK
Patricia Elias	Södertälje BBK	39	Samuel Wiik	Södertälje BBK
Sabina Radonja	Södertälje BBK	40	Viktor Hermansson	Södertälje BBK
Sara Paradzik	Södertälje BBK	41	Arvid Grönwall	Västerviks IF
Alva Ladebäck	Visby BBK	42	Daniel Sejdini	Västerviks IF



Regionverksamhet Östra 2013/14

Cornelia Nordahl	Visby BBK	43		
Fanny Andersson	Visby BBK	44		
Gilda Bjersander	Visby BBK	45		
Tova Ihse	Visby BBK	46		
Jennifer Sofianidou	Växjö Ravens	47		
Johanna Hedenfalk	Växjö Ravens	48		
Rosemarie Ohanessian	Växjö Ravens	49		

Kontaktinformation

Regionansvarig Östra

Camilla Östh camilla.osth@basket.se 0736 166 701

Regionfysio Östra

Patrick Johansson patrick@plusrehab.se 0736 404 698