



Regionverksamhet Mellersta 2013/14

Regionläger 1 i Katrineholm, 27-29 september

Region Mellersta återvände till Katrineholm för det första regionlägret för U15. Katrineholms IF arrangerade återigen lägret på bästa sätt med fin service och en varm känsla. Stort tack! Förutsättningarna i Duveholmshallen och Duveholm gymnasiet är utmärkta med flera hallar, boende och matsal i anslutning till varandra.

Spelarna, 47 flickor och 80 pojkar, kämpade på under helgen och tog till sig av nya kunskaper på och utanför basketplanen. På teoripasset pratade vi om vett och etikett, ett ämne som kanske försumrats lite i skolans värld. I vilket fall som helst var det intressanta reflektioner bland spelarna och känslan efteråt var att visst kan man visa respekt gentemot andra på och utanför planen och samtidigt visa framfötterna och ta för sig.

Regionlägret följde den "vanliga mallen" som ni känner väl till om ni har följt vår verksamhet. Fyra basketpass, ett fyspass och ett teoripass. Dessutom började vi söndagsmorgonen med en härlig morgonjogg i höstsolen runt en idyllisk sjö lett av regionfysio Anna Lindroth. På basketträningarna varierades träning av grunder och teknik med spelförståelse i 3-3 och spel upp och ner i 4-4.

I ledargruppen såg vi några nya ansikten detta läger vilket var roligt. I ledargruppen ingick Roland Busk, Stina Bylund, Jesper Sundberg, Daniel Friberg, Georgios Manousidis, Peter Terins, Anna Lindroth, Kaisa Johansson, Camilla Östh (ny regionansvarig Östra U14) samt undertecknad. Stor eloge till ledarnas insats med spelarna och det ska bli intressant att följa spelarnas utveckling på hemmaplan innan det är dags att träffas igen på läger 2 i Örebro 6-8 december.

Spelare vidare till läger 2

Tack för senast, det var en härlig upplevelse för oss coacher i Katrineholm och det hoppas vi det var för Er också. Vi var verkligen nöjda och stolta över hur mycket ni ville lära er och hur mycket ni kämpade under samlingen.

Grattis!

Du är en av dem som gått vidare till nästa Regionläger i Örebro, den 6-8 december 2013.

Du skall vara stolt!

Flickor 99		Pojkar 99	
Namn	Klubb	Namn	Klubb
Aina Bergman	Visby BBK	Adam Friis	Eskilstuna Basket
Alma Danielsson	KFUM Uppsala	Alain Ndikumana	Borlänge BBK
Alva Hemer	Norrköpings BBF	Albin Sandeberg	Eskilstuna Basket
Amanda Lindmark	KFUM Örebro	Alex Nizigiyimana	Eskilstuna Basket
Anna Wettergren	Södertälje BBK	Alexander Videhult	Västerås Basket
Anneli Alchahin	Södertälje BBK	Anton Hagberg	Visby BBK
Beatrice Johansson	Arvika Basket	Anton Knutsson	Norrköpings BBF
Cecilia Cimen	Södertälje BBK	Anton Lindgren	KFUM Linköping
Cornelia Gunnarsson Rathsmann	KFUM Örebro	Axel Danielsson	KFUM Uppsala
Cornelia Larsson Rosén	KFUM Uppsala	Carl von Platten	Södertälje BBK
Ebba Ahlqvist	Södertälje BBK	David Eriksson	KFUM Ockelbo BK
Ella Petersson	Visby BBK	David Vasilic	Norrköpings BBF



Regionverksamhet

Mellersta

2013/14

Elsa Ericsson	Visby BBK	Edvin Book	KFUM Uppsala
Fanny Dahlberg	Norrköpings BBF	Edvin Stark	KFUM Ockelbo BK
Fanny Hedberg	Norrköpings BBF	Felix Edwardsson	KFUM Uppsala
Hanna Abib	Nyköpings BBK	Filip Jakovljević	Norrköpings BBF
Hanna Säfström Andersen	Kumla Basketklubb	Filip Panic	Katrineholms IF
Ida Godberg	KFUM Uppsala	Gustaf Häll	Enköping BBK
Johanna Malmberg	KFUM Uppsala	Hampus Ramstedt	Södertälje BBK
Klara Lindh Kaudern	Arvika Basket	Haris Gosto	KFUM Linköping
Kristina Markanovic	Sk Sifhälla	Hugo Adolfsson	Södertälje BBK
Kristina Toma	KFUM Örebro	Hugo Böckert	Norrköpings BBF
Lina Nyberg	Nyköpings BBK	Jacob Hjorth	Norrköpings BBF
Linnéa Claesson	Katrineholms IF	Joel Kvarlin	KFUM Linköping
Lisa Rasmusson	KFUM Örebro	Johan Bürger	Ullvi Basket
Lovisa Dahlin	Södertälje BBK	Jonathan Ninkingira	Eskilstuna Basket
Lovisa Hjern	Norrköpings BBF	Jonathan Tadese	KFUM Uppsala
Lydia Binbach	Ullvi Basket	Kevin Thunell	Eskilstuna Basket
Marcia Ferreira	Södertälje BBK	Leo Erlind	KFUM Örebro
Matilda de la Rose	Arvika Basket	Lojong Andarea Ladu	Eskilstuna Basket
Maya Andersson	Södertälje BBK	Ludde Thorell	Visby BBK
Maya Axelsson Kaltak	Ullvi Basket	Lukas Edewald	KFUM Örebro
Miranda Svanberg	Södertälje BBK	Lukas Haglund	Eskilstuna Basket
Moa Filén-Hammarström	Södertälje BBK	Lukas Lavergren	Visby BBK
Moa Malmberg	KFUM Örebro	Lukas Swanström	Södertälje BBK
Moa Olerud	KFUM Uppsala	Max Sundberg	KFUM Ockelbo BK
Olivia Cimen	Södertälje BBK	Nima Hansen	Västerås Basket
Olivia Thell Björkman	Norrköpings BBF	Noah Irons	KFUM Vänerstaden
Qendresa Mustafa	Eskilstuna Basket	Oliwer Sanderup	Norrköpings BBF
Rebecka Helgesson	KFUM Örebro	Oskar Ekh	Västerås Basket
Sabrina Andersson	Eskilstuna Basket	Oskar Ekman	KFUM Uppsala
Sandra Vestergård	KFUM Örebro	Oskar Linder	KFUM Ockelbo BK
Sanna Korkea-aho	Södertälje BBK	Pablo Suarez Custodio	KFUM Uppsala
Selma Keljalic	KFUM Örebro	Peter Stümer	Södertälje BBK
Stella Carlsson	KFUM Uppsala	Petter Lundman	Hammarö Basketklubb
Stina Rehn	Södertälje BBK	Rawaz Akrawi	Katrineholms IF
Tyra Pappila	Norrköpings BBF	Rebin Rozbayani	KFUM Linköping
Vanessa Stenius	Nyköpings BBK	Sam Hansen	Västerås Basket
Vendela Pontelius	Arvika Basket	Samuel Gewriye	KFUM Linköping
Veronica Hall	Södertälje BBK	Samuel Malmström	Västerås Basket
Wilma Nordwall	KFUM Uppsala	Sebastian Sandin	KFUM Uppsala
		Senay Habtezhghi	KFUM Uppsala
		Simon Bernström	KFUM Örebro
		Teo Bodin	KFUM Vänerstaden
		Theo Sköld	Visby BBK
		Tim Östling	KFUM Ockelbo BK
		Victor Gloveus	Norrköpings BBF



Regionverksamhet Mellersta 2013/14

Coacherna har ett uppdrag från Svenska Basketbollförbundet att ta ut 15 pojkar och 15 flickor som ska representera **Region Mellersta** under Miki Herkel Cup 2014.

Från regionverksamhetsmanualen:

Regionverksamhetens syfte:

- Utbilda spelare i åldersgruppen U15 och selektera potentiella seniorlandslagsspelare.

Regionverksamhetens mål:

- Selektera ut 15 spelare per kön och region för deltagande i Miki Herkel Cup (MHC)
- Ge samtliga spelare och deras ledare inblick och förståelse i vad som krävs för att vara en landslagsspelare.

Regionverksamhetens metod:

- Fyra samlingar samt en rikstäckande samling (MHC) i de fyra regionerna.
 - **Norra** – Mellannorrlands BDF, Västerbottens BDF, Norrbottens BDF
 - **Mellersta** - Gävle-Dala BDF, Östsvenskas BDF, Upplands BDF, Västmanlands BDF, Mellansvenska BDF, Södertälje och Nykvarn.
 - **Östra** – Stockholms BDF (förutom Södertälje och Nykvarn)
 - **Södra** – Skånes BDF, Småland-Blekinges BDF, Westra Sveriges BDF.
- Regionverksamhetsmanualen
- Spelarutvecklingsplanen (SUP)

Konkret kan detta sammanfattas med att spelare i **Region Mellersta** blir inbjudna till att få en inblick och en utbildning i vad som krävs för att bli en framtida elitspelare.

I regionverksamheten ingår även en urvalsprocess som under helgerna leder till att 15 pojkar och 15 flickor kommer att representera **Region Mellersta** under Miki Herkel Cup. Denna helg är ett stort spelarutbildningstillfälle där de fyra regionerna samlas, tränar tillsammans och möter varandra. Det är även den femte och sista delen av regionverksamheten 2013/14.

Du kommer senare att få en separat kallelse via e-mail med mer information om nästa samling i **Örebro** och vad som gäller där.

Det är väldigt viktigt att du fortsätter att träna och spela lika inspirerat i din förening som du gjorde under Regionlägret i Katrineholm för att du skall utvecklas.

Baskethälsningar

Regionledarna i Region Mellersta



Regionverksamhet Mellersta 2013/14

Kontaktinformation

Regionansvarig Landslag Mellersta

David Leman david.leman@basket.se 0739-12 73 72

Regionfysio Mellersta

Anna Lindroth regionfysiomellersta@gmail.com 0707-22 50 20

Ledarstab Flickor 99 Mellersta

Roland Busk

Stina Bylund

Jenny Håkanson

Ledarstab Pojkar 99 Mellersta

Jesper Sundberg

Peter Andersson

Daniel Friberg

Georgios Manousidis