



Förbundskaptensmeddelande nr 16 / 2016

## **Riksläger pojkar födda 2003 och senare** 28 mars-1 april 2016 i Söderhamn

Till alla berörda klubbar:  
Som meddelar sin/sina spelare om lägret.

### **Uttagningskriterier riksläger 2015-16:**

Uttagning till riksläger grundas dels på ranking, dels på det vi sett av spelarna på tidigare läger och tävlingar samt att sportchef och ansvarig förbundskapten förbehåller sig rätten att bjuda in lägre rankade spelare.

### **Uttagna spelare:**

Theo Abrahamsson, Spårvägen  
Karl Hast, Spårvägen  
Joel Myhr, Spårvägen  
Max Hedblom, Visby Gute  
Simon Sjögren, Norrtull  
Daniel Lindsö, Norrtull  
Elliot Lundquist, Söderhamn  
Leonard Lindkvist, Linköping  
Carl Granath, Norrtull  
Charlie Widing, Jönköping  
Marko Orre, Hammarby  
Dennis Larsson, Stocksund  
Dennis Oxelmark, Södertälje  
Pontus Carlsson, Spårvägen  
Alve Sjövolt, Ängby SK  
Hugo Ihse, IFK Visby  
Charlie Carlsson, Nyköpings Oxelösund  
Axel Strid, Sundbyberg  
Tobias myrzell, Juno  
David Björkryd, Eskilstuna  
Lucas Hallin, Söderhamn  
Albin angebrant, Segeltorp  
August Liljekvist, Kristianstad  
Mattias Näslund, Åsa  
Elias Gripler, Tibble Kungsängen  
Alexander Sjöberg, Götene/Tor BTK  
Adam Hansson, Åsa  
Erik Linander, Boo  
Alvin Engstedt, Aga  
Melker Östblom, Spårvägen

**Carl Sahle, BTK Linné**

Reserver kontaktas senare.

**Sparring**

Spelare från Söderhamns UIF.

**Tränare**

Peter Blomquist

Jacob Titus

Med flera

**Samling / Avslut**

Samling måndag 28 mars kl. 17.00 för träning, middag efter.

Avslut fredag 1 april kl. 12.00 med lunch. Hemresor bokas efter kl. 12.30.

**Träningshall**

Söderhamns träningshall, Kungsgatan 30, Söderhamn

**Fysiska tester**

Under lägret blir det uppföljning av fysiska tester. Vi kör:

- a) Stående längdhopp      Hoppa jämfota så långt du kan.
- b) Hopprep                      Hoppa så många jämfotahopp som möjligt under 2 minuter.
- c) Handstående mot vägg    Stå så länge du orkar (med passning av vuxen.)

**Boende**

Söderhamns lägerboende, Kungsgatan 30, Söderhamn.

**Kläder/Utrustning**

Medtag kläder för pingisspel samt joggingskor för utomhusbruk. För dem som vill filma sitt spel underlättar det om egen iPad eller kamera tas med. Medtag sängkläder.

**Kostnad**

2250 kr per person, inkl. helpension. Kostnaden faktureras resp. förening, som avgör vem som betalar avgiften, spelaren eller föreningen.

**Resor**

Bekostar var och en för sig, tur och retur Söderhamn.

**Anmälan**

Görs via mejl till [mats.hedin@svenskbordtennis.com](mailto:mats.hedin@svenskbordtennis.com) samt med kopia till Peter Blomquist [suifblomman@hotmail.com](mailto:suifblomman@hotmail.com)

**Anmälan skall vara oss tillhanda senast 9 mars därefter kallas reserver in.**

Var god att i anmälan ange Namn, personnummer samt eventuella allergier

Vid eventuella frågor kontakta Peter Blomquist eller Mats Hedin SBTF

Med vänliga hälsningar,

Peter Blomquist och Peter Sartz  
Ansvariga riksläger pojkar 2003-05