

## Västerbottens träningstrupper!

Västerbottens distriktslagskaptener har nu tagit fram de trupper som kommer att utgöra Västerbottens träningstrupp inför Dustrikts-SM i Nyköping i januari.

Denna trupp är kärnan som kommer att vara laget som spelar SM. Träningstruppen kommer kallas till några träffar och när kaptenerna är redo så kommer den slutliga SM-truppen på 18 utespelare och två målvakter att fastslås. Övriga i träningstruppen kommer då att vara reserver, vilket innebär att man är redo att ansluta till truppen fram till avfärd. Eftersom det är så pass långt till Nyköping så är det nog endast målvakter som skulle kunna bli inringda under själva turneringen. I det fallet ordnar vi resan tillsammans på lämpligt sätt.



Besked om sm-truppen slutliga utseende meddelas senast efter höstlovslägret men det kan ske tidigare.

Spelare som tas ut att spela SM kommer att betala en SM-avgift på 2500kr. I denna avgift ingår delar av förberedelserna (vissa tillägg kan tillkomma för kringaktiviteter), kläder samt ev resor, boende och all mat under själva turneringen. Mer info om detta kommer i samband med att trupperna är satta, vilket är senast 2 november.

Alla i träningstruppen kommer att få en träningströja att använda i samband med truppens träffar men kommer även att prova kläder så att det finns färdigt när truppen är klar. Reserver kommer att erbjudas att köpa kläder till självkostnadspris men det är helt frivilligt.

Reserverna betalar endast sm-avgift om man kallas in till sm-truppen.

F16	Samlingsdagar	P16	Samlingsdagar
24-sept	träning Bygdeå 18-21.00	25 sept	träning Bygdeå 18-21.00
5-okt	10.00-16.30 i Umeå	5-okt	10.00-16.30 i Obbola
21-24/10	Träningsmatch, ej klart när	23 okt	Ev träningsmatch
29-30/10	Höstlovs-läger i Skeå	30-31/10	Höstlovs-läger i Umeå
26-27/11	Träningsmatch, ej klart när	11-14 nov	Träningsmatch, ej klart när
? dec	1-2 Träningskvällar	? dec	1-2 Träningskvällar
27-28 dec	Träningsläger i Umeå	27-28 dec	Träningsläger i Umeå
2 jan	Avresa mot Nyköping	2 jan	Avresa mot Nyköping

***De två första träffarna är spikade. Övriga tider meddelas så snart de är klara.***

Frågor eller funderingar: David Lundberg, 070-6362922, vbdistriktslag@gmail.com

**Västerbottens Träningstrupper, årgång 2008:**

Spelare	Förening	Spelare	Förening
Adele Eldebrant	Umeå Västra IBK	Almar Berggrund	Gimonäs Umeå IF
Ebba Kryg Wennerström	IBF Dalen	Alvin Nording	Sandåkerns SK
Ebba Sondell	Thorengruppen Ungdom SK	Axel Holmgren	Sandåkerns SK
Ella Hortlund	Thorengruppen Ungdom SK	Axel Hägglund	Sandåkerns SK
Elvira Lundkvist	Skellefteå IBS	Benjamin Chehrenegar	RIG Umeå IBF
Emma Pöntinen Norman	Skellefteå IBK	Douglas Nord	Gamla stan IBK
Felicia Norberg	Skellefteå IBS	Elias Åkesson	Sandåkerns SK
Filippa Norén	Thorengruppen Ungdom SK	Felix Söderlind	Sandåkerns SK
Frida Oppman	Thorengruppen Ungdom SK	Hampus Marklund	Thorengruppen Ungdom SK
Holly Johansson	Skellefteå IBK	Harry Stokka	Thorengruppen Ungdom SK
Ida Larsson	Gamla Stan IBK	Hugo Harr	Thorengruppen Ungdom SK
Lisa Lundström	Skellefteå IBK	Jack Wendel	Sandåkerns SK
Maja Edlund	IBF Dalen	Jonah Nestander	Sandåkerns SK
Maja Olofsson	IBF Dalen	Leo Huuva Karlsson	Sandåkerns SK
Moa Forssell	Skellefteå IBK	Lukas Jonsson	Thorengruppen Ungdom SK
Noomi Strömberg	IBF Dalen	Max Axelsson	Sandåkerns SK
Rebecka Hylander	Holmsund City IBC	Melker Eriksson	IBF Dalen
Rut Lindqvist	Skellefteå IBK	Mille Kny Westerlund	IBF Dalen
Selma Brännvall	Thorengruppen Ungdom SK	Nils Boström	Röbäcks IF
Selma Oskarsson	IBF Dalen	Samuel Vilhelmsson	IBF Dalen
Smilla Westman	Umeå Västra IBK	Teo Degerman	Gamla Stan IBK
Stella Ejrevi	Skellefteå IBK	Theo Bergström	Sandåkerns SK
Tilda Ermling	IBF Dalen	Viktor Landberg	Sandåkerns SK
Tilda Hammarstedt	RIG Umeå IBF	Ville Utterberg	Thorengruppen Ungdom SK
Tyra Lindström	IBF Dalen	Wilmer Perman	IBF Dalen

## ***Kansliet passade på att be David Lundberg, ansvarig för bägge lagens uttagningar, att besvara ett par vanliga frågor gällande trupputtagningarna:***

### ***Svåra val i truppsybyggandet?***

Vi närmar oss den slutliga uttagningen och nu är vi inne på nyanser. Alla spelare och fler därtill är tillräckligt bra spelare för att rymmas i en SM-trupp men vi kan bara ha 20 spelare och då handlar det i slutändan om kaptenernas magkänsla, tycke och smak. Det är ett gott betyg till distriktets klubbar att det finns många starka spelare som inte kommer med nu och ännu fler som sedan kommer ställas utanför sm-truppen. Låt inte det definiera din karriär utan fortsätt jobba på. Det finns inget som säger att inte just du blir den lysande stjärnen i denna årskull inom några år bara för att våra kaptener valde andra spelare före dig denna gång. Tjejerna har haft fler skador och återbud inför träffarna under hösten än killarna och väljer därför en liten annan väg nu inför "sista träffarna" då man kallar en större grupp än killarna. Hellre sitta med fler alternativ än att säga nej till någon som sedan ska bli ett ja, om det går att undvikas. Det känns bra och rätt och inget som i slutändan påverkar sm-truppens chanser.

### ***Hur skiljer sig Västerbotten mot övriga distrikt i sin verksamhet?***

Alla större distrikt har likartade upplägg och i summeringen ungefär lika många träffar med en slutlig sm-trupp. Det är några distrikt som jobbar annorlunda och är tidigare ute med att spika trupperna. Det finns dock inga belägg för att det skulle vara mer framgångsrikt rent resultatmässigt. Det som skiljer är när man tar ut truppen och intervallerna mellan träffarna med den slutliga truppen. Vi har testat tidigare uttagningar och vi har testat senare uttagningar och det senare har fungerat bättre för oss. Det är ingen skillnad i år. Spelschema för föreningarnas alla lag tillåter inte fler träffar under året än det vi har nu och tar man truppen för tidigt så ökar risken att vi kommer till spel utan spelarna som presterat bäst på slutet. Ska man få riktig nytta av fler träffar med varandra så måste man ha många fler träffar och starta mycket tidigare och där är varken vi eller andra distrikt i vår verksamhet.

### ***Tankar inför kommande SM?***

Laddad som tusan inför borta-SM. Det blir ett äventyr som alltid och en extra erfarenhet för våra spelare att få spela inför massor av publik...för det brukar det bli och vi hoppas på stor uppslutning bland våra fans också, trots avståndet att åka. DSM är en magisk turnering även för familj och fans. Alla matcher kommer spelas under samma tak och vi kommer även bo där så det kommer bli dagar fulla av intryck där vi ska lyckas hitta rätt balans av nöje och skitjobb. Vi åker buss dit och jag älskar att åka buss med distriktslagen. Det är bara positivt för gruppen.

### ***Lottningen?***

Det är en tuff lottning i år med idel jämna lag för såväl killar som tjejer sånär som på Gotland som sällan har trupp att hota de andra mer än i enstaka match. Det innebär flera oerhört tuffa matcher i gruppen men vi är de som kommer att mötas med mest respekt, inte minst tack vare framgångarna vi haft senaste åren. De resultaten säger dock inget om denna årgångs slagstyrka eftersom alla distrikt kommer med nya lag men låt dem oroa sig för oss så fokuserar vi oss på vår egen prestation. 😊

Vi uppmanar alla föräldrar att spana efter hotell redan nu för det brukar vara svårt att få tag i. Vi hoppas erbjuda våra spelare ett minne för livet och en resa som präglas av tanken att vinna ett SM-guld. Vi kommer jobba mot det i förberedelser, coachning och attityd...men vi är samtidigt medvetna om att det är EN helg och där medstuds, hopslag och rätt energier i rätt läge kan vara den lilla skillnaden mellan att sluta sist i gruppen och spela om 16e plats eller sluta i topp av gruppen och sedan spela om guld. Vi går in i vår bubbla på plats och ska försöka maxprestera som grupp. Gör vi det så kan det räcka långt men precis som för alla lag så har vi ju egentligen ingen riktig koll på vilket motstånd vi kommer ställas mot så allt försnack från experterna är ju rena gissningar. Det är charmen med D-SM! 😊

### ***Reserv på hemmaplan?***

Det är såklart en riktig skitroll att få men alla kan inte åka. Blir man reserv så har man två val. Gör det till 100% eller tacka nej. Det finns inget utrymme för något annat. Relativt ofta kallas någon in och är man inte förberedd

då så blir det sällan bra heller. Det är dock skit värre att få rollen i förstalaget. Det vet vi om. Därför blir det sällan några stora utläggningar utan mer JA eller NEJ. ALLA nu uttagna spelare skulle kunna spela SM för Västerbotten så det handlar om magkänsla, taktik eller femma-kemi som i slutändan väger över till spelare A mot spelare B. Vi kan gärna prata framtida utvecklingspunkter med alla våra spelare och ge tips och råd men just varför det slutliga valet blev som det blev kan man sällan motivera på ett jättetydligt sätt eftersom det beror på så många olika parametrar.

Lycka till!