Hej alla föräldrar till Flickor 07 Kälvesta ,

Vill bara ge er lite kort information som ny tränare för F07 Kälvesta , som jag ser som en kul utmaning och något jag ser fram emot att köra igång!

Jag tycker det ska bli ett jättekul uppdrag och hoppas vi ska hitta bra former med rolig basket för tjejerna, samt hitta lite sätt att få dom att utmana sig själva för att bli bättre från **egen** nivå , på ett kreativt sätt och bygga ett bra basket LAG som dom ska trivas med framöver.

Min bakgrund inom basket är att jag spelat aktivt själv på div 2 Nivå herr som högst, samt att jag de senaste åren varit aktiv tränare i Blackeberg basket för F02 ( som numera är DU17)

Blir lite nytt för mig med flickor födda 07 , som primärt ska träna inom området ”bollen och jag” dvs utveckla bollhantering , passningar, skott teknik och försvar men framför allt ha kul med sin basket.

Som föräldrar kan ni redan nu hjälpa till med viktiga saker för era barn, så vi får kvalité på träningen..

* Se gärna till att era barn har fått mat , i god tid innan träning , så att de orkar träna ordentligt
* Att vatten flaskor och annan basket utrustning är med till alla träningar och matcher inkl bollar, lämpliga inomhus skor och träningskläder/match ställ.
* Att de kommer i tid till träningar, ombytta och klara att börja så vi utnyttjar tiden bäst
* Att Ni hör av er till mig ni har frågor eller om ert barn inte känner sig ok med något runt basketen, kan vara kompisar, träningen eller tränaren .

Jag är otroligt mån om att era barn ska trivas med sin basket , ha en kul tillvaro med laget och allt runtomkring. Superviktigt!

Tjejerna kommer att spela Easy basket i år , spelschemat är inte klart ännu återkommer om det när det är spikat ( se länk nedan för information framöver )

**Träningstider :**

**Måndag Kl 18-19 i Björnbodaskolan**

**Onsdag kl 17-18 i Riddersviks hallen ( samträning med Villastan )**

Jag stannar här , vi får säkert tillfälle att träffas under hösten och våren!

Kom gärna fram och säg hej vid tillfälle så vi kan knyta lite kontakt …

Återigen, har ni frågor så är det bara att ni hör av Er…

Vh

Fredrik Westerståhl

Mobil 0767 674855

Email : [fwesterstahl@gmail.com](mailto:fwesterstahl@gmail.com)

För kommande spelschema : gå till [www.basket.se](http://www.basket.se) > välj resultat > klicka i Stockholm ) > välj sedan U12 damer lätt och välj Blackeberg Kälvesta .