



## Upplandslagen

Till berörda spelare

**För kännedom**  
Berörda föreningar  
Instruktörsgrupp  
Spelarutbildare

### Kallelse till Camp 4 - Upplandslagen

#### Tid

Lördag-Söndag den 19-20 oktober 2013

#### Samling

Senast 09.00 på Westerlundska Gymnasiet i Enköping

#### Instruktörer/Ledare

Conny Sveijer, Distriktförbundskapten P15/98  
Samuel Janemar Instruktör  
Magnus Eriksson Instruktör  
Cristoffer Cylvén mv-instruktör

#### Packlista/Utrustning

Ta med dig följande:

- \* Personlig utrustning för fotbollsträningar på naturgräsunderlag/ev konstgräs
- \* Anteckningsmaterial (block+penna)
- \* **Välpumpad** fotboll stl 5
- \* Personlig utrustning för övernattnig. (madrass, kudde & täcke/sovsäck)
- \* Mailadress och telefonnummer till din utbildare du har i din förening.
- \* Vattenflaska

#### Transport/Biljetter

Du ansvarar för din resa till och från Enköping på egen hand.

#### Återbud

Eventuellt återbud lämnas så snabbt som möjligt av den enskilde spelaren till Conny Sveijer på [conny.Sveijer@uppland.rf.se](mailto:conny.Sveijer@uppland.rf.se) eller mobil: 0708-470569

#### Viktigt

**Att du kommer helt frisk och skadefri till campen.**

#### Ekonomi

Kostnaden för uttagen spelare till denna camp är 500:-. Priset är subventionerat av Upplands Fotbollförbund. Fakturan skickas till din förening.



## Upplandslagen

### Program för Upplandsläger/Camp 4 2013 - P 98

#### Lördag 19 oktober

09.00	Senaste ankomsttid spelare till Westerlundiska Gymnasiet i Enköping
09.00-10.00	Teori/Genomgång 1
10.30-12.00	Praktik 1 (K-Äng R2)
12.00-13.15	Lunch/Vila
13.30-14.30	Teori/Genomgång 2
15.00-17.00	Praktik 2 (K-Äng R2)
17.00-18.00	Vila/Återhämtning
18.15-19.15	Middag
20.00-21.00	Teori/Genomgång 3
21.00	Kvällsmål
22.30	Tystnad

#### Söndag 20 oktober

07.00	God morgon
07.30-08.00	Frukost
08.30-10.30	Praktik 3 (K-Äng R2)
10.30-11.30	Individuella samtal/Packning - städning
12.00-13.00	Lunch
13.00-14.00	Individuella samtal/Packning - städning
ca 14.00	Avresa



## Upplandslagen

**Följande spelare är kallade: (30 utespelare + 4 målvakter)**

Anton Henning	SAIF
Anton Wängemar	IKS
Axel Lindholm	Valsta
Elias Hellgren Villegas	SAIF
Elias Lindhe	UIF
Emil Johansson	SAIF
Erik Pettersson	IKS
Erik Sundqvist	BKV Norrtälje
Filip Oldin	SAIF
Henry Bukenja	UNIK
Jesper Borin	BKV Norrtälje
Johan Michel	SAIF
Jonatan Gertz	IKS
Josef Jalil	Procyon
Karwan Ahmadi	SAIF
Kevin Hanna	Valsta
Kim Lindgren	Valsta
Kyria Kambusi	IKS
Linus Nygren	IKS
Linus Pettersson	IKS
Ludvig Lantz	IKS
Ludvig Lundqvist	IKS
Montesar Albradsawi	IFK Uppsala
Nadim Raab	Fyris
Natan Dogan	ESK
Niklas Enqvist	Fyris
Oskar Åström	SAIF
Pedro Rivera	Valsta
Rasmus Klettner	IKS
Sebastian Karlholm	SAIF
Simon Lännevall mv	Riala
Simon Sundman	IKS
Vartan Yagizidahr	UNIK
Viktor Molitor	BKV Norrtälje
Fredrik Ryberg	IKS



## ***Upplandslagen***

Fotbollshälsningar Upplands Fotbollförbund -  
Spelarutbildningsorganisationen