



# EBC 2011-2012

## Easy Basket Challenge

MNBDF tillsammans med basketföreningarna  
EBC – en härlig basketdag för våra allra minsta!

Ni anmäler pojkar, flickor eller mixade lag i varje åldersgrupper till respektive förening!  
Anmälningsavgiften 150 kr per lag betalas till respektive förening. Varje arrangör betalar sedan in till MNBDF 50 kr per lag efter slutförd EBC. Arrangerande förening söker också idrottslyftsbidrag via sin idrottonlinesida och enligt SBBF:s instruktioner på [www.basket.se](http://www.basket.se)  
MNBDF skickar ut dekaler som alla deltagare ska få, meddela [lars@mnbdf.se](mailto:lars@mnbdf.se) antal barn.

**Åldersgrupper:** grupp 01-02 grupp 02-03 grupp 03-05

### EBC HÖSTEN 2011

#### oktober:

Ragunda BBF 8/10

#### november:

Jämtland Basket Ungdom 19/11

KFUM Sundsvall 26/11

Sundsvall Dragons 27/11

#### december:

Bräcke SK 3/12

Jämtland Basket Ungdom 11/12



### EBC VÅREN 2012

#### januari:

Häggenås SK 15/1

Jämtland Basket Ungdom 22/1

Kramforsalliansen 28/1

#### februari:

Ragunda BBF 11/2

Jämtland Basket Ungdom 19/2

IFK Lit 26/2

#### mars:

Jämtland Basket Ungdom 25/3

KFUM Sundsvall 31/3

#### april:

Sundsvall Dragons 1/4

- 4 \* 5 min rullande tid, flera planer
- 3-4 manna, liten boll, liten korg
- inga tabeller, inga protokoll
- poäng visas för lagen, inga straffkast
- poäng, plus bollen från mitten om man blir foulad vid målrörelse = layup eller skott
- man får inte ta bollen av någon som har båda händerna på bollen obs!
- skott/tekniktävling individuellt eller lag
- cafeteria o annat föreningarna planerar

### SKOL- EBC

Följande föreningar  
planerar SKOL-EBC,  
på skoltid.  
Inbjudan kommer:

- Bräcke/Ragunda
- Jämtland
- Sundsvall

### SKOL- EBC

**Anmäl er direkt till föreningarna, ca 14 dagar innan EBC-omgången!**  
**Föreningarna gör egna inbjudningar som vi lägger ut på [www.mnbdf.se](http://www.mnbdf.se)**

Bräcke SK Basket,	Monica Sandström,	070-368 2034,	monica@mnbdf.se
Häggenås SK,	Lena Widell,	070-206 3811,	lena.widell@zonline.se
IFK Lit,	Helena Norberg,	070-533 68 48	helena-paulin@hotmail.com
Jämtland Basket U,	Mats Lundqvist,	073-053 5430,	mats.lundqvist@zonline.se
Kramforsalliansen,	Malin Henriksson,	073-0987349,	malin.wiberg@edu.kramfors.se,
KFUM Sundsvall,	Jim Lagerlund,	070-365 7123,	ungdom@sundsvalldragons.com
Ragunda BBF,	Sylvia Axelsson,	0696-559 60,	s.c.axelsson@telia.com
Sundsvall Dragons,	Jim Lagerlund,	070-365 7123,	ungdom@sundsvalldragons.com