



Stockholm 2019-12-08

Kallelse till Träningsläger på Bosön

02.01 – 06.01 2020

Du är uttagen till träningsläger på Bosön 02.01 – 06.01. Samling sker på Bosön (receptionen) torsdagen den 2 januari kl 15.00. Lägre avslutas måndagen den 6 januari kl 14.00

Kommer Du med tåg till Stockholm C så tar Du T-bana till Ropsten. Från Ropsten tar Du buss 211 som går direkt till Bosön. Du bokar Din biljett till Bosön själv. Billigaste färd sätt.

Du har med Dig rikligt med träningskläder, boxningshandskar för sparring och säckträning. Huvudskydd, tandskydd, hopprep, tennisboll. Du som redan har landslagsoverall tar med den. Patrik Bengtsson, som är materialansvarig, kommer under lägre göra en inventering på vem som har overall eller ej. Ta även med tävlingsdräkt rött och blått linne. Har du landslagsdräkt så tar du med den. Vi kommer nämligen ha matchsparring den 5 januari.

Den första träningsdagen på Bosön (2 januari) kommer det att bli en Cooperterst, d.v.s löpning 3.000 m maxlopp. Kom laddad till de testet. Alla kommer att få göra testet.

Ledare på lägre kommer att vara:

Lennart Bernström

Lina Skoghagen

Majid Jelili

Meseret Bede

Niklas Valtonen

Klubbtränare är som alltid hjärtligt välkomna till att vara med på lägre. Ni bokar då kost och logi själva.

Vill även passa på att önska Dig en riktig GOD JUL och ett GOTT NYTT BOXNINGSÅR!

Vi ses på Bosön den 2 januri kl 14.00!

ev. återbud lämnas snarast så vi får chans att kalla in andra boxare. Ring Lennart Bernström, 076 – 390 18 25 eller Lina Skoghagen 073 – 674 64 01

Med vänlig hälsning

Lennart Bernström

Bil: Kallade Boxare



Herr Senior (23 st)

Vikt	Namn	Klubb	Född
56	Arsalan Dastparvar	Narva BK	1997
56	Erduan Berisha	KFUM Linköping	2000
56	Muzammil Akbari	IF Linnea	2001
56	Daniyal Syed	Redline	2001
60	Nebil Ibrahim	Upsala IF	2000
60	Paolo Magui	BK Ringen	1997
63	Milad Mazdak	BK Ringen	1996
63	Hilal Saleh	Redbergslids BK	1996
63	Hampus Broman	BS Tor	2001
63	Ibrahim Bakhtiari	Hammarby IF	2001
69	Adel Belalia	Djurgårdens IF	1998
69	Billy Liljeqvist	IF Bulldog Training Center	1999
69	Nassir Elvaz	Guldstadens BK	2001
69	Peter Ahlberg	Skoftebyns AIS	2001
75	Adam Chartoi	Hammarby IF	1996
75	Erik Mendoza	Djurgårdens IF	1994
75	Moltas Lundström	IF Linnea	2000
75	Noor Yacko	Köping	1999
75	Majd Alsafad	Hammarby IF	2001
81	Liridon Nuha	Hammarby IF	1993
81	Constantino Nanga	Hammarby IF	1996
81	Viktor Olsson	BK Falken	1999
91	Alexander Bwambale	Djurgårdens IF	1997



Dam Senior (8 st)

Vikt	Namn	Klubb	Född
51	Tove Lundberg	IFK Umeå	1993
51	Mariia Bohutska	Eternity	1994
54	Sara Svensson	Skurup Kick & Boxningsklubb	1984
57	Stephanie Thour	Växjö BK	1998
57	Helena Enwall	IF Linnea	1992
60	Agnes Alexiusson	Värnamo BK	1996
69	Marianne Ahlborg	Angered BC	1991
75	Love Holgersson	BK Swing	1993

Herr Ungdom & Junior (8 st)

56	Noah Nordby	Kalmar BK	2002
56	Alan Zangana	Hammarby	2002
57	Kevin Bohm	Morgongåva BK	2003
60	Kevin Scott	Upsala IF	2002
60	Alexander Fredriksson	Morgongåva	2003
66	Emanuel Ryttersson	Halstahammar KF	2003
69	Mujtaba Hasani	IFK Umeå	2002
75	Sam Svensson	BK Revansch	2002

Damer Ungdom & Junior (8 st)

54	Kamila Östlund	Haninge BK	2002
54	Zhera Milli	BK Masen	2003
57	Emma Ohlsson	BK Revansch	2002
57	Sipel Duna	Nässjö BK	2004
60	Lucin Surup	NBK Akilles	2004
60	Saga Storm	BK Ringen	2005
63	Rebecca Ljunglöf	Sundsvalls BK	2002
63	Vera Persson Donkersloot	IF Linnea	2003



**Svenska
Boxningsförbundet**