

Et basket-år: hvordan forløber en typisk sæson for SISUs ungdomshold?

Basketball-sæsonen i Danmark varer op mod 10 måneder – fra midten af august til maj/juni. Der sker meget for spillerne på SISUs ungdomshold: træning, kampe, turneringer, forældremøder, sociale aktiviteter og andre begivenheder.

I det følgende gives derfor et overblik over årets gang for ungdomsholdene, så det bliver nemmere at planlægge sæsonen, og så alle involverede kan blive informeret om de mange aktiviteter og muligheder et basket-år byder på.

Sæsonstart

Hvert år bliver der ved sæsonstart udarbejdet en opdateret træneroversigt og et overblik over alle træningssteder og træningstider for SISUs hold. Alle oversigterne ligger på www.sisu.dk.

Træningen starter omkring midten af august, lidt afhængig af hvornår skolerne starter det nye skoleår.

Forældremøder

Der bliver afholdt mindst ét forældremøde for hvert hold, typisk i september måned. På disse møder fortæller træneren om, hvordan træninger og kampe gribes an, hvilke rækker og turneringer holdet eller holdene spiller i og de mål træneren har for holdet. Forældrene drøfter også, hvordan de kan bidrage til at støtte deres barns hold og hvordan de generelt kan støtte og hjælpe SISU som helhed. En eller flere holdledere bliver valgt til at koordinere forældrenes indsats, fx omkring tøjvask og transport til stævner og udekampe.

Hvis man gerne vil støtte klubben generelt, kan man hjælpe med at finde sponsorer, små som store, og skrive kampreferater og resultater, der kan sendes til SISUs webmaster på webmaster@sisu.dk, som vil inkludere dem på websitet.

Forældre og spillerne selv kan også hjælpe med at opdatere holdets egen side på www.sisu.dk i løbet af sæsonen med spiller-informationer, fotos, indlæg og anden sjov og spændende information, så resten af klubben også kan få glæde af holdets oplevelser.

Mange forældre finder stor glæde ved at følge og involvere sig i deres barns hold og dele de mange spændende og mangfoldige oplevelser med spillerne, træneren og de andre forældre.

Den almindelige turnering

Den almindelige turnering starter normalt omkring den sidste weekend i september og slutter engang i marts eller april. De fleste ungdomshold har mellem 10 og 18 turneringskampe, som normalt spilles lørdage eller søndage i løbet af efteråret, vinteren og foråret. Halvdelen af kampene er udekampe med transportbehov, dvs. privat bil (som normalt køres af forældre), bus eller tog.

Oftest ligger de fleste udekampe indenfor fornuftig afstand af Gentofte, men nogle få af de bedste (ældste) hold kan komme til at skulle spille mod hold fra Fyn og Jylland, hvis de er med i en landsdækkende mesterrække.

Udover at spillerne til kampe er inddelt i årgange, er divisionerne også inddelt i forskellige niveauer. Den bedste division hedder Mesterrækken, og herefter kommer A- og B-rækkerne. Det er din træner, der bestemmer, hvilken række du spiller i.

Spillerne som udvikler sig til at blive rigtig god til basketball og som er danske statsborgere har mulighed for at blive udvalgt til at træne med og at spille på de danske ungdomslandshold, som

deltager i internationale turneringer mod andre landes bedste spillere. Dansk statsborgerskab er derimod ikke nødvendigt for at spille alt andet ungdomsbasketball i Danmark.

Når spillerne ved hvilket række deres hold spiller i kan de se en opdateret liste over alle de kommende kampe, spillesteder, samt resultater og stillingen i rækken, på www.basket.dk.

Din træner vil fortælle dig, hvis I skal træne eller deltage i stævner i nogle af skoleferierne. Normalt spilles der ikke kampe i ferierne.

Det er normal praksis, at spillerne på ungdomsholdene hjælper enten deres eget hold eller nogle af de andre hold med at passe dommerbordet ved sæsonens hjemmekampe (dvs. passe tidtagningen, skrive kampprotokol og evt. passe 24-sekunders uret).

SISU er p.t. ved at fastlægge procedurer for, hvordan ungdomsholdene kan hjælpe hinanden med disse opgaver.

Nogle ungdomsspillere vælger også at tage en kortvarig uddannelse som dommer, og derefter har de mulighed for at dømme kampe, alt efter hvilket kursus de har taget.

Dommerkurserne tilbydes gratis, og spillerne uddannes først til C-dommer, og derefter kan de senere søge at videreuddanne sig til B- og måske A-dommer. Dommerne modtager et mindre honorar for at være dommer i turnerings- og pokalkampe.

Aldersgrupper og årgange, 2011/2012-sæsonen

Fødselsår	Kategorier og forkortelser	Boldstørrelse
≥2004	Micro (MIKRO)	5
2002–2003	Mininyngste (MDY, MPY)	5
2000–2001	Miniældste (MDÆ, MPÆ)	5
1998–1999	Drenge/piger (DR, PI)	Drenge 6; piger 5
1996–1997	Junior (JH, JD)	Drenge 7; piger 6
1994–1995	Ynglinge (YH, YD)	Drenge 7; piger 6
1991–1993	Ungsenior (USH, USD)	Mænd 7; kvinder 6

SISUs elitekampe i Kildeskovshallen er også et vigtigt samlingspunkt for klubben, og hér kan man mødes med sine venner og holdkammerater og se nogle af Danmarks bedste basketballspillere folde sig ud.

Alle SISU-medlemmer har gratis adgang til dame- og herreholdets hjemmekampe i grundspillet. Forældre og andre familiemedlemmer køber normal billet ved indgangen.

Pokalturnering

I Danmark deltager hver aldersgruppe også i den landsdækkende pokalturnering, hvor der spilles efter ”vind-eller-forsvind” princippet. Der trækkes løbende lod til hver enkelt runde om, hvilket hold man skal møde fra sin egen region, og de to vindende hold fra henholdsvis Øst- og Vestdanmark mødes i pokalfinalen i januar. Pokalkampene spilles som oftest på hverdage.

Sjællandsmesterskabet

Når den ordinære turnering er slut afvikles finalekampene (Final Four) om Sjællandsmesterskabet i april/maj måned for de SISU hold, som har kvalificeret sig.

Spillestedet varierer fra år til år, men kampene bliver normalt afholdt over én weekend med semifinaler og finaler.

Danmarksmesterskab

I maj måned deltager evt. Sjællandsmestre fra SISU i finalekampe om Danmarksmesterskabet, som afholdes som et weekend-arrangement i Øst- eller Vest-danmark.

Kampe (andre turneringer/stævner)

Mange af SISUs ungdomshold deltager hvert år i ét eller flere store stævner i ind- og udland. Disse stævner finder typisk sted over flere dage.

I nogle af disse stævner spiller holdene typisk flere kampe pr. dag, og kampene er kortere og spilles efter lidt andre regler end normale turneringskampe i Danmark. Fx kan spillerne opleve, at tiden ikke sættes i stå ved spilstop, og dette kræver derfor en anden måde at tænke og spille basket på, end de normalt er vant til.

Det mest populære stævne er nok [Lundaspelen](#) i Lund (2. til 5. januar). [Lystrup Cup](#) i Lystrup (januar), [Scania Cup](#) i Södertälje (i påsken, hvor kun de bedste nordiske hold bliver inviteret) og [Göteborg Basketball Festival](#) (i Kristi Himmelfartsferien) er nogle af de mest kendte af de andre.

Disse stævner er noget helt specielt, som de fleste husker med stor glæde mange år efter, da de både giver store spillemæssige oplevelser, men også skaber sammenhold på ens eget hold og på tværs af klubben.

Som situationen er p.t., har SISU ikke midler til at betale for omkostningerne i forbindelse med deltagelse i ovennævnte stævner, og det er derfor spillernes forældre, der må klare udgifterne til transport (privat bil, bus eller tog), overnatning og mad. De konkrete beløb vil blive oplyst af holdets træner eller holdleder i god tid inden stævnet.

Madonna-turneringen er noget særligt i basket-året. Det er en én-dags hygge-turnering kun for SISUs egne spillere, forældre og trænere, der normalt finder sted i december måned. Der spilles på tværs af årgangene og holdene, og forældre er meget velkomne til at spille med. Det handler først og fremmest om, at alle hygger sig, og ikke så meget om man vinder eller taber.

Der findes i øvrigt mange andre stævner udover de ovennævnte. Fx arrangerer [GAM3](#) meget populære street-basket turneringer i hele Danmark som slutter med danmarksmesterskaber i København i august måned.

[Dansk Basketball Forbund](#) har en længere liste over stævner i, og udenfor, Danmark.

Stævner som SISU hyppigt deltager i

Stævne	Sted	Tidspunkt	Frist for tilmelding	Hold	Betaling per deltager (DKK, ca.)
Amager Cup	Amagerhallen	September (9.–11. sept. 2011)	Ca. 14. august for klubben og ca. 23. august for spillere	DR, PI, JH, JD, YH, YD	300 (mad, ikke obligatorisk)
Madonnaturnering	Kildeskovshallen	December 2011		Intern for alle hold i SISU	25
Limfjords-Cup	Lemvig	27.–30. december 2011		DR, PI, JH, JD, YH, YD, USH, USD	550
Lundaspelen	Lund (Sverige)	2.–5. januar 2012	Ca. 28. oktober for klubben og ca. 15. november for spillerne; SISU organiserer fælles tilmeldingen og transport	10- til 20-årige	1300
Amager Mini Cup	Amagerhallen	Januar	Tidlig januar	MDY, MPY, MDÆ, MPÆ	300 (mad, ikke obligatorisk)
Lystrup Cup	Lystrup, Aarhus	Januar		MDY, MPY, MDÆ, MPÆ, DR, PI	
Scania Cup	Södertälje (Sverige)	Påske (5.–8. april 2012)	Invitationerne bliver sendt ud i nov./dec. 2011	Kun inviterede hold	1500
Hørsholm Minifestival	Hørsholm	Juni		MDY, MDÆ	50
Göteborg Basketball Festival	Göteborg (Sverige)	Kristihimmelfart (17.–20. maj 2012)	Ca. én måned før	12 år og ældre	1050

Årgange og forklaring på forkortelser

2006–2007	Nano
2004–2005	Micro (MIKRO)
2002–2003	Mininyngste (MDY, MPY)
2000–2001	Miniældste (MDÆ, MPÆ)
1998–1999	Drenge/piger (DR, PI)
1996–1997	Junior (JH, JD)
1994–1995	Ynglinge (YH, YD)
1991–1993	Ungsenior (USH, USD)

Sæsonsafslutning

Basketball-sæsonen slutter senest, når folkeskolerne går på ferie – omkring den 24. juni. Mange hold slutter træningen allerede i maj eller i starten af juni. Din træner kan informere nærmere om dit holds sidste træning.

Sommertræning

Der er ofte ledige haltider i Kildeskovshallen i skolernes sommerferie, mandag til fredag kl. 9 til 18, hvis man har lyst til holde formen ved lige eller lave skudtræning. Tal med [halvagten i Kildeskovshallen](#).

Ellers er der mulighed for at spille basket på diverse udendørs baner og [StreetMekka](#) i København og omegn i løbet af sommeren.

Basket-regler for ungdomshold

Der gælder forskellige spilleregler for forskellige årgange. Fx er kurvene sat lavere end de normale 3,05 meter for børn til og med 11 år. Børn til og med 13 år har også særlige regler i kampene, og de internationale basketball-regler træder først fuldt i kraft for børn og unge fra 14 år og opefter.

De specielle regler for yngre børn er iværksat for at sikre, at børnene først og fremmest har det sjovt, oplever fairplay og får gode venner gennem basketball. I kampe for de yngste hold har man fx den regel, at alle spillere på holdet skal have nogenlunde lige meget spilletid, uanset evner og dygtighed, og de hold, der stiller med minimum 10 spillere til en kamp, får automatisk et ekstra bonuspoint efter kampen, uanset om de vinder eller taber.

Din træner vil forklare dig [basketball-reglerne](#).