

Hur gick det under säsongen 2018/19?

Under säsongen 2018/19 har vi spelat:

- B-final i Blackebergs basket cup (förlust mot Blackeberg Allstar)
- 1/4-final i Södertälje open (förlust mot AIK)
- Två efter AIK i vår grupp i division 2
- 1/4-final i Lions cup (Förlust mot Fryshuset 9/10)
- (Göteborg ospelat)

Mål West tävlingar 2018/19

- Vinna div 2
- Vinna Lions Cup

Vi har gjort en riktigt bra säsong och tillhör ett av de lag som utvecklats bäst under säsongen. Dock nådde vi inte riktigt fram till ovanstående mål.

När det gäller seriespel så är det lite lurigt att sätta mål då många lag har nivå 1-spelare som hoppar in och spelar i nivå två, dvs man toppar nivå 2-laget, särskilt om man förlorat första matchen. Vi har dock vunnit mot några lag som dopats med nivå 1-spelare, bl.a. Lidingö och Uppsala. På det hela taget tycker jag vi har gjort en bra säsong i seriespelet och utvecklats mycket. Som måttstock kan vi kanske använda Fryshuset 9/10 som vi förlorade mot med 27 p i början av säsongen. I Lions förlorade vi förvisso, men bara med 7p (och egentligen tycker jag att vi inte gör en särskilt bra match, utan borde kunnat vinna).

I Lions Cup spelade vi ojämt. Vi förlorade mot lag som Sigtuna (en av våra sämre matcher) och Uppsala (en av våra bättre matcher) i gruppspelen, men vann mot Tureberg (också en av våra bättre matcher). I slutspelet vann vi ganska enkelt mot Tensta. En bra sak att notera i denna match var vi också visade att vi kan spela disciplinerat och anpassa vår taktik beroende på motståndaren. Efter flera veckors uppehåll blev det till sist kvartsfinal mot Fryshuset 9/10. Här spelade vi ojämnt och ganska oinspirerat. Vaknade till på slutet, men det var för sent. Som noterat ovan så var det ett fall framåt då vi förlorade med större siffror sist, men egentligen tycker jag att vi har kapacitet att vinna denna match.

Mål West spelare/egenskaper 2018/19

- Snabbast
- Tuffast (försvar, returer och generellt spel under korgarna)
- Bäst distansskytte
- Spela som ett lag (utveckla jaget i laget), dvs spela strukturerat

Måluppfyllnad ”Snabbast”

Anledningen till detta mål är vi med vårt relativt korta lag måste vara snabbare och orka springa mer för att vinna över lag som har längre och/eller tekniskt duktigare spelare.

Min uppfattning är att några av grabbarna kvalar in på epitetet ”snabbast”, i alla fall inom vår serie. Närmast bevis har vi genom att Kasper och Albin deltog på regionläger och där fick mäta sig med dels spelarna från vårt egna Allstar-lag och dels andra nivå 1-spelare. De stod sig mycket bra och presterade löp-resultat i övre kvartilen.

För de som vill kontrollera hur mycket starkare och snabbare ni blivit så anordnar vi en Cooper innan sommar och semester.

Måluppfyllnad "Tuffast"

Anledningen till detta mål är vi med vårt relativt korta lag måste vara lite tuffare för att få stopp på ett lag med längre spelare.

Inom denna kategori får mätning av måluppfyllelse bli subjektiv bedömning. Min bedömning är att vi även här har några spelare som sticker ut och som spelar ett mycket effektivt försvar, tar returer och inte "blir skrämde" av längre spelare.

Måluppfyllnad "Bäst på distansskytte"

Anledningen till detta mål är i stort samma som ovan. Om vi möter lag med längre spelare som backar av eller spelar zon-försvar måste vi kunna skjuta distansskott för att göra poäng eller för att tvinga ut försvararna från 3-sekundersområdet.

Hela laget har utvecklats mycket inom detta område och vi har som lag betraktat ett bra distansskytte (midrange). Om jag skulle bedöma oss objektivt så skulle jag dock inte betrakta oss som laget med de bästa skyttarna. Vi har lagt mycket träningstid på skytte vilket har gett bra resultat. Men för att bli bäst så måste man nöta skytte själv utanför ordinarie tränings-tider (innan och efter träning, helger, utomhus på sommaren etc). Viktigt också att underhålla en bra skott-teknik - vilket blir extra viktigt när man backar till 3p-linjen.

Generellt - vad kan bli bättre

Laget gick in i säsongen med höga utvecklingsambitioner. Detta för att möjliggöra spel i nivå 1, helst för hela laget, säsongen 2019/20. Det visade sig vara en för hög ambition för många (4 st valde att sluta). Med 10 spelare i truppen och en del skador har vi inte haft fullt manskap på någon träning efter jul-helgerna. Det har inneburit att vi t.ex. inte kunnat träna vissa 5-5-moment. Vi har även fått tack nej till basket-resa till Litauen då vi varit för få spelare som kunde följa med. Det som varit positivt med en mindre träningsgrupp är att de som varit närvarande kunna träna effektivare med mycket boll- och skott-träning.

Några få spelare har väldigt bra närvaroprocent och goda vanor vad gäller att tala om när man inte kan komma på träning eller match. För många finns det stor förbättringspotential på denna punkt. Inte minst viktigt för att fungera i skolmiljön, i gymnasiet och senare i högre utbildning eller arbetslivet.

Hur blir det med säsongen 2019/20?

Träningsgrupperna kommer att göras om. Exakt hur dom kommer att se ut vet man naturligtvis inte förrän säsongen börjar efter sommaren och all spelare och coacher är på plats. Planen just nu för pojkar födda 2004 är dock följande:

- **P04 Allstar** träningsgrupp bildar, tillsammans med några P03:or, "Herrar Utveckling" (HUTV). Spelar sannolikt i Herrar div 2, RM U16/17 och ev div 1 U16. Coach: Ej klart.
- **P04 East och West** slås ihop till en träningsgrupp och spelar med ett lag i U16 div 2. Tre träningar i veckan. Coach: Rolf Hall
- **P03/04 Bredd** tränar 2 ggr i veckan. Spelar troligen i nivå 3 U17. Coach: Nils R?

(Spelare från P02 och P03 bildar stommen i herrarnas A-lag. Spelar i Herrar div 1.)