



Innkalling til SPU-samling G14 i Trondheim

Les gjerne om SPU-samlinger generelt på handball.no under spillerutvikling. Vi har 3 grupper på en kveld, se side 2 og 3 for uttak og mer informasjon!

Ta med:

- Du skal stille i klubbdrakt med tall, teip navnet ditt på brystet
- Ball og drikkeflaske
- Annet nødvendig treningsutstyr

Skadet eller syk?

Eventuelle meldinger om skade/sykdom eller forfall varsles Kristoffer Borg Nilsen per sms 413 62 140. Skriv fullt navn, klubb, hvilken samling det gjelder og kort begrunnelse for forfallet. Spørsmål utenfor den aktuelle økta rettes til Victoria Koen (victoria.koen@handball.no).

Økt/Gruppe	Dato/klokkeslett	Sted	Tema
Økt 2 av 6 Gruppe 1	1. desember 2023 17:00-18:30	Kolstad Arena, bane 2	Individuell forsvarsteknikk

Oppmøte 30min før samling i gangen, ferdig skiftet og klar til aktivitet.

Følgende spillere møter på oppsatt samling økt 1:

Tiller IL	Aksel	Dahl	Bakspiller
Ranheim IL	Angel	Ervik	Bakspiller
Heimdal HK	Brage	Reitaas	Bakspiller
Heimdal HK	David Hovde	Moen	Bakspiller
Ranheim IL	Henrik	Eidem	Bakspiller
Strindheim	Jakob Paasche	Skjønberg	Bakspiller
Strindheim	Leon	Vestvik	Bakspiller
Heimdal HK	Linus Nergård	Jensen	Bakspiller
Strindheim	Lukas Fossli	Aunehagen	Bakspiller
Strindheim	Nicolai	Midelfart	Bakspiller
Ranheim IL	Odin	Aune	Bakspiller
Ranheim IL	Petter	Helmersen	Bakspiller
Heimdal	Vidar	Samdahl	Bakspiller
Heimdal HK	William	Ekpete	Bakspiller
Utleira	Rino Alexander	Leikvam	Bakspiller/kantspiller
Ranheim IL	Bendik Wiik	Arnesen	Kantspiller høyre
Strindheim	Alvaro Matias Løfald	Alvarez	Kantspiller venstre
Heimdal	Kevin	Garte	Kantspiller venstre
Strindheim	Silas Øvergård	Holm	Kantspiller venstre
Strindheim	Tristan	Oksvold	Kantspiller venstre
Heimdal HK	Lukas	Ulriksen	Linjespiller
Tiller IL	Mats Sandvik	Sjølie	Linjespiller
Ranheim IL	Viktor	Kleiven	Linjespiller
Heimdal HK	William Cornelius	Tangvik	Linjespiller
Utleira	Håvard	Østgaard	Målvakt
Strindheim	Leander	Linløyken	Målvakt
Ranheim IL	Mikkel Olsen	Fjørtoft	Målvakt
Ranheim IL	Petter	Krogstad	Målvakt



Økt/Gruppe	Dato/klokkeslett	Sted	Tema
Økt 2 av 6 Gruppe 2	1. desember 2023 18:30-20:00	Kolstad Arena, bane 2	Individuell forsvarsteknikk

Oppmøte 30min før samling i gangen, ferdig skiftet og klar til aktivitet.

Følgende spillere møter på oppsatt samling økt 2:

Rissa IL	Aksel Åsheim	Wåbenø	Bakspiller
Ørland BK	Aleksander Sem	Rian	Bakspiller
Alvdal HG	Birk	Hansæl	Bakspiller
Hovin IL	Ellev	Esphaug	Bakspiller
Orkanger IF	Gard	Gimnes	Bakspiller
Rissa IL	Mikkel Kornelius	Fines	Bakspiller
Lånke IL	Odin Reitan	Sandnes	Bakspiller
Åfjord il	Odne	Saltbones Sør Dahl	Bakspiller
Hegra IL	Ola Haugen	Bergstrøm	Bakspiller
Lensvik IL	Patrick Rødsjø	Meland	Bakspiller
Hegra IL	Petter	Johansen	Bakspiller
Lånke IL	Simon	Øyen	Bakspiller
Flå/Lundamo	Sivert	Holten	Bakspiller
Lensvik IL	Sverre Johannes	Tangvik	Bakspiller
Flå/Lundamo	Viljar	Økdal	Bakspiller
Alvdal HG	Markus Nordtun	Stormoen	Kantspiller høyre
Hegra IL	Andreas Størseth	Haugen	Kantspiller venstre
Selbu IL	Isak	Tuset	Kantspiller venstre
Flå/Lundamo	Magnus	Wolden	Kantspiller venstre
Ørland BK	Ailo Rode	Schanche	Linjespiller
Hegra IL	Elias	Stræte	Linjespiller
Flå/Lundamo	Trym	Werkland	Linjespiller
Lensvik IL	Trym	Selnes	Linjespiller
Ørland BK	Espen Bergseth	Larsen	Målvakt
Hovin IL	Jacob	Heksem	Målvakt
Hegra IL	Juul	Sinke	Målvakt
Flå/Lundamo	Sondre Horg	Solem	Målvakt



Økt/Gruppe	Dato/klokkeslett	Sted	Tema
Økt 2 av 6 Gruppe 3	1. desember 2023 20:00-21:30	Kolstad Arena, bane 2	Individuell forsvarsteknikk

Oppmøte 30min før samling i gangen, ferdig skiftet og klar til aktivitet.

Følgende spillere møter på oppsatt samling økt 3:

Charlottenlund SK	Adrian	Næbb-Melum	Bakspiller
Hommelvik HK	Alexander	Wilmann	Bakspiller
Hommelvik HK	Amund L.	Lundberg	Bakspiller
Charlottenlund SK	Arve Myhrvold	Strømman	Bakspiller
Kolstad HK	Emil	Sangro Ølstadløyen	Bakspiller
Kolstad HK	Haakon	Singstad-Johansen	Bakspiller
Melhus	Iver Rafael	Gangås	Bakspiller
Klæbu	Jørgen	Pedersen	Bakspiller
Byåsen	Kasper	Sve	Bakspiller
Kolstad HK	Matheo Leander	Skarpsno	Bakspiller
Kolstad HK	Mathias	Finneidet Johansen	Bakspiller
Byåsen	Mikkel	Midjo	Bakspiller
Melhus	Sander	Sagen	Bakspiller
Hommelvik HK	Sebastian B.	Overland	Bakspiller
Malvik IL	Teodor Breivik	Vaag	Bakspiller
Charlottenlund SK	Trym Sunde	Freland	Bakspiller
Hommelvik HK	Alexander	Hammer	Kantspiller høyre
Sjetne IL	Magnus	Skogli	Kantspiller høyre
Kolstad HK	Ola	Fjeldsø Meder	Kantspiller høyre
Kolstad HK	Fillip	Mølnevik Øyås	Kantspiller venstre
Klæbu	Marius	Sundset	Kantspiller venstre
Byåsen	Mikkel	Jensen	Kantspiller venstre
Byåsen	Aksel	Jansby-Wold	Linjespiller
Byåsen	Aksel Jansby	Wold	Linjespiller
Charlottenlund SK	Albert	Larsen	Linjespiller
Melhus	Tobias	Bekken	Linjespiller
Hommelvik HK	Adam	Lønvik	Målvakt
Byåsen	Emils	Kampenuss	Målvakt
Byåsen	Johannes Green	Baadsvik	Målvakt
Malvik IL	Magnus	Fjeldstad	Målvakt