



## Innkalling til SPU-samling G14 i Trondheim

Les gjerne om SPU-samlinger generelt på [handball.no](http://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 Victoria Koen per sms 906 26 705. 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](mailto:victoria.koen@handball.no)).

Økt/Gruppe	Dato/klokkeslett	Sted	Tema
Økt 6 Gruppe 1	17.april 2024 17:00-18:30	Trondheim Spektrum D2	Spilløkt med tidligere SPU-tema. Vise selvstendighet i oppvarming.

**Oppmøte minst 30min før samling i gangen, ferdig skiftet og klar til aktivitet. Dere varmer selv opp i gangen. 15 min på bane med kast og innskyting målvakt før spill.**

### Følgende spillere møter på oppsatt samling økt 1:

Tiller IL	Aksel	Dahl	Bakspiller
Hommelvik HK	Alexander	Wilmann	Bakspiller
Hommelvik HK	Amund L.	Lundberg	Bakspiller
Ranheim IL	Angel	Ervik	Bakspiller
Heimdal HK	Even Aspen	Nordli	Bakspiller
Strindheim	Henrik Vik	Tollaksen	Bakspiller
Byåsen	Jonas Garnvik	By	Bakspiller
Byåsen	Kasper	Sve	Bakspiller
Heimdal HK	Linus Nergård	Jensen	Bakspiller
Strindheim	Lukas Fossli	Aunehagen	Bakspiller
Kolstad HK	Marcus Andreas	Hernes	Bakspiller
Kolstad HK	Matheo Evander Lock	Skarpsno	Bakspiller
Strindheim	Nicolai	Midelfart	Bakspiller
Ranheim IL	Odin	Aune	Bakspiller
Strindheim	Ronald Wold	Nekstad	Bakspiller
Byåsen	Sander varem	Pettersen	Bakspiller
Heimdal HK	Vidar	Samdahl	Bakspiller
Utleira	Rino Alexander	Leikvam	Bakspiller/kantspiller
Ranheim IL	Bendik Wiik	Arnesen	Kantspiller høyre
Kolstad HK	Troy	Overvik Slind	Kantspiller høyre
Byåsen	Einride	Osland	Kantspiller venstre
Kolstad HK	Fillip Mølnvik	Øyås	Kantspiller venstre
Strindheim	Tristan	Oksvold	Kantspiller venstre
Strindheim	Haakon	Fossbakk	Linjespiller
Kolstad HK	Haakon	Singstad-Johansen	Linjespiller
Heimdal HK	Lukas	Ulriksen	Linjespiller
Byåsen	Phillip	Møller	Linjespiller
Byåsen	Johannes Green	Baadsvik	Målvakt
Selsbakk	Kristoffer Schärer	Sjøvik	Målvakt
Strindheim	Leander	Linløkken	Målvakt
Ranheim IL	Petter	Krogstad	Målvakt



Økt/Gruppe	Dato/klokkeslett	Sted	Tema
Økt 6 Gruppe 2	17.april 2024 18:30-20:00	Trondheim Spektrum D2	Spilløkt med tidligere SPU-tema. Vise selvstendighet i oppvarming.

**Oppmøte minst 30min før samling i gangen, ferdig skiftet og klar til aktivitet. Dere varmer selv opp i gangen. 15 min på bane med kast og innskyting målvakt før spill.**

**Følgende spillere møter på oppsatt samling økt 2:**

Rissa IL	Aksel Åsheim	Wåbenø	Bakspiller
Ørland BK	Aleksander Sem	Rian	Bakspiller
Charlottenlund SK	Arve Myhrvold	Strømman	Bakspiller
Lensvik IL	August Alexander	Jørgensen	Bakspiller
Lensvik IL	Even	Sølnes	Bakspiller
Orkanger IF	Gard	Gimnes	Bakspiller
Frøya	Liam Johansen	Inderø	Bakspiller
Lånke IL	Linus	Arnøy	Bakspiller
Frøya	Marcus	Åsmul	Bakspiller
Rissa IL	Mikkel Kornelius	Fines	Bakspiller
Lensvik IL	Patrick Rødsjø	Meland	Bakspiller
Hegra IL	Petter	Johansen	Bakspiller
Melhus	Sander	Sagen	Bakspiller
Lånke IL	Simon	Øyen	Bakspiller
Lånke IL	Sverre	Amundsen	Bakspiller
Lensvik IL	Sverre Johannes	Tangvik	Bakspiller
Flå/Lundamo	Viljar	Økdal	Bakspiller
Alvdal HG	Markus Nordtun	Stormoen	Kantspiller høyre
Melhus	Sigurd	Hernes	Kantspiller høyre
Strindheim	Alvaro Matias Løfald	Alvarez	Kantspiller venstre
Charlottenlund SK	Sveinung Karlsen	Denstadli	Kantspiller venstre
Selsbakk	Vegard Johansen	Vatle	Kantspiller venstre
Hegra IL	Elias	Stræte	Linjespiller
Tiller IL	Mats Sandvik	Sjølie	Linjespiller
Sjetne IL	Tarjei	Solvang-Garten	Linjespiller
Melhus	Tobias	Bekken	Linjespiller
Melhus	Adrian	Antonsen	Målvakt
Ørland BK	Espen Bergseth	Larsen	Målvakt
Hovin IL	Jacob	Heksem	Målvakt
Frøya	Jonathan	Eidesen	Målvakt
Flå/Lundamo	Sondre Horg	Solem	Målvakt



Økt/Gruppe	Dato/klokkeslett	Sted	Tema
Økt 6 Gruppe 3	17.april 2024 20:00-21:30	Trondheim Spektrum D2	Spilløkt med tidligere SPU-tema. Vise selvstendighet i oppvarming.

**Oppmøte minst 30min før samling i gangen, ferdig skiftet og klar til aktivitet. Dere varmer selv opp i gangen. 15 min på bane med kast og innskyting målvakt før spill.**

**Følgende spillere møter på oppsatt samling økt 3:**

Tiller IL	Adrian Schjetne	Aasen	Bakspiller
Byåsen	Aksel	Hanssen	Bakspiller
Heimdal HK	Brage	Reitaas	Bakspiller
Strindheim	Chris Lucas Moe	Pedersen	Bakspiller
Heimdal HK	David Hovde	Moen	Bakspiller
Kolstad HK	Emil	Sangro Ølstadløkken	Bakspiller
Ranheim IL	Henrik	Eidem	Bakspiller
Heimdal HK	Håkon Brevik	Jensen	Bakspiller
Strindheim	Jakob	Juvik	Bakspiller
Strindheim	Jakob Paasche	Skjønberg	Bakspiller
Malvik IL	Jonas Nikolai Nilsen	Kolnes	Bakspiller
Charlottenlund SK	Jonathan Haugom	Knigge	Bakspiller
Strindheim	Leon	Vestvik	Bakspiller
Byåsen	Mikkel	Midjo	Bakspiller
Tiller IL	Oliver Langørgen	Sagfjæra	Bakspiller
Hommelvik HK	Sebastian B.	Overland	Bakspiller
Ranheim IL	Titas	Buivydas	Bakspiller
Heimdal HK	William	Ekpete	Bakspiller
Charlottenlund SK	Martin	Grunnan	Bakspiller/linjespiller
Byåsen	Alexander	Hammer	Kantspiller høyre
Sjetne IL	Magnus	Skogli	Kantspiller høyre
Kolstad HK	Ola Fjeldsø	Meder	Kantspiller høyre
Heimdal HK	Kevin	Garte	Kantspiller venstre
Byåsen	Mikkel	Jensen	Kantspiller venstre
Strindheim	Silas Øvergård	Holm	Kantspiller venstre
Byåsen	Aksel	Jansby-Wold	Linjespiller
Strindheim	Gjermund	Myklebust	Linjespiller
Heimdal HK	William Cornelius	Tangvik	Linjespiller
Byåsen	Emils	Kampenuss	Målvakt
Utleira	Håvard	Østgaard	Målvakt
Malvik IL	Magnus	Fjeldstad	Målvakt
Ranheim IL	Mikkel Olsen	Fjørtoft	Målvakt