

INNKALLING

NHF Region Nord innkaller til spillersamling.

Miljø	Fylkessamling
Målgruppe	Jenter født 2000 og 2001
Dato og sted	Torsdag den 19. oktober 2017 Trondheim Spektrum - Nidarøhallen D2
	16:45 Oppmøte Gruppe 1
	17:00 - 18:30 Økt - Gruppe 1
	18:30 - Oppsummering og utviklingsmål/-oppgaver til neste samling
	18:15 - 18:30 Oppmøte Gruppe 2
	18:30 - 20:00 Økt - Gruppe 2
	20:00 Oppsummering og utviklingsmål/-oppgaver til neste samling
Trenersteam	Roger Kvannli, Benjamin Berge og Harald Pedersen
Kontakt	Spørsmål fra spillere + forfall: Bjørn Almåsbakk – 482 63 885 Spørsmål vedr uttak (foresatte ber vi rette sine spørsmål via klubbtrener): Roger Kvannli – 926 07 230
Annet	Det bes om at forfall meldes så tidlig som mulig grunnet planlegging av økten. Forfall skal være kort begrunnet og manglende forfall/begrunnelse medfører at man ikke blir vurdert til neste samling. Hver enkelt spiller tar med seg tilstrekkelig med mat. Hver enkelt spiller organiserer selv sin reise til samlingen.

Vel møtt!

Med vennlig hilsen
NHF Region Nord
Bjørn Almåsbakk
Teamleder Spillerutvikling

Telefon: +47 48 06 81 81 | Internett: www.handball.no | E-post: nhf.rmn@handball.no | Post- og besøksadresse: Norges Håndballforbund Region Nord, Ingvald Ystgaards veg 3A, 7047 TRONDHEIM
Bankgiro: 4242 05 01514 | Org.nr: 884 594 472 MVA

Om vår regionale spillerutvikling

Deltakelse Regionalt Landslag og/eller Fylkessamlinger

Vårt mål er at spillere opplever inspirasjon, veiledning, tilført kunnskap, stimulert sine holdninger og øvd sine ferdigheter sammen med andre motiverte spillere.

Hensikten med Regionalt Landslag og/eller Fylkessamlinger

Spillere kan forvente

- Inspirasjon
- Bli sett / tilbakemelding
- Opplever høy aktivisering og hensiktsmessige øvelser
- Konkretisering
- Utfordret på refleksjon
- Utvilingsoppgaver

Region forventer

- Innsatsvilje
- Lærevillighet
- Selvstendighet
- Oppgaveorientert

Region gjennomfører samlinger for å

- Avdekke motivasjon og holdninger
- Påvirke ferdigheter
- Kartegge til yngre landslag og/eller regionalt landslag

Vår ambisjon er å MOTIVERE til mer selvstendighet og ansvarlighet i daglige treningsarbeid. Dette fordi det er i det daglige treningsarbeidet størst utvikling og påvirkning skjer.

Samlinger i regional regi kan sammenlignes med hospitering i klubb (les; hospitering utenfor klubb).

Med utgangspunkt i dine ambisjoner er det noen setninger / verdier / holdninger som peker ut retningen på vårt utviklingsarbeid:

"Lyst og vilje til å øve mye og motivasjon til å lære"

"Det er meg selv det kommer an på" Det er spilleren selv som må gjennomføre alle treningstidene med kvalitet

"Jeg blir det jeg gjør" Ønsker man å øve hurtighet, må eksplosivitet / skarphet og start-stopp-start terpes ofte

"Det jeg vet har jeg godt av" Kosthold, væske, restitusjon (inkl god natt søvn), osv

Våre møteplasser

Spillere som er i målgruppen til regional spillerutvikling kan bli innkalt til:

- Fylkessamling - fire økter per halvår
- Regionalt Landslag - tre samlinger a to økter per halvår
- I tillegg "kjemper" de som danner Regionalt Landslag om deltakelse på repr.lag - Bylag eller Regionslag.

Om samling og din deltakelse

Senest to uker før hver samling mottar innkalte spillere SMS.

I SMS fremkommer nødvendig informasjon om samlingen man er innkalt til.

I hvert innkallingsdokument sees kommende samlinger. **Oppfordrer spillerne til å merke seg disse datoene med tanke på eventuelt videre uttak.**

Forfall eller praktiske spørsmål knyttet til samlingen rettes oppgitt person på side 1.

Sykdom/skade – varsle så fort skade/sykdom oppstår.

Hvis du har vært forhindret fra å trene for fullt de to siste dagene før samling forventes forfall.

Gjennom deltakelse på samlinger i regional regi ønsker vi å bevisstgjøre spillerne til å bli selvstendig i sitt treningsarbeid. I dette ligger bl.a. at spilleren selv tar ansvar for å innhente svar på sine spørsmål. I tillegg loggføre trening, reflektere over egen utvikling, sette seg konkrete personlige utviklingsmål, osv

Som foresatte vil man det beste for sin ungdom. Vi mener at det beste for alle ungdommer er at foresatte oppfordrer og støtter ungdommen til å ta ansvar. Videre håper vi at vårt verdi-grunnlag* er noe å strekke seg etter i samtalen(e) om samlingen i etterkant.

*) *Begeistring – Innsatsvilje – Respekt og Fair-Play*

Spørsmål om uttak rettes til oppgitt kontaktperson. Her har vi som policy at det er klubbtrener og ikke foresatte som henvender seg med uttaksspørsmål. Vi ber om at alle foresatte respekterer dette.

Totalaktivitet og tilrettelegging i hverdagen

Etter samling bør spiller vente med ny trening til neste dag.

Vårt ønske er at klubb legger til rette for at innkalte spillere er "fit for fight" til samling. Dagene før samling bør være lagt til rette treningsmessig og eventuelt deltakelse kamp. Er det mulig styres spiller unna kamp dagen før samling.

Mellom samlingene, det vil si 4-6 uker, oppfordrer vi klubbene til å legge til rette for spillerutvikling.

Med det mener vi bl.a.:

- Balanse mellom trening og kamp, utgangspunkt er 3 treninger mellom hver kamp.
- Kandidater til våre arenaer får en treningspåvirkning i klubbregi som ivaretar utvikling. Vi er opptatt av at helheten til spilleren blir ivarettatt igjennom:
 - Ca 1/3 trening sammen med spillere som har kommet lengre (differensiering / hospitering).

- Hver klubbtrening med øving i spillsituasjoner som er kamplike (spesifisitet).
- Hver klubbtrening minimum 1/3 med fys-trening (prestasjonsfremmende og utvikle forutsetningene).
- Egentrening med fokus mental - og fys-trening.

I vår idrett gjennomføres mange av kampene i helger. Viktig at klubb vurderer hver enkelt spiller sin totalbelastning over tid, slik at utgangspunktet "3 - 1" holdes så godt det lar seg gjøre.

Regional målsetting

Regionens målsetting med spillerutvikling er å legge til rette for en kultur med positive holdninger og ferdighetsutvikling.

Vårt hovedmål er å bidra til at det innkalles en ny spiller på seniorlandslagene hvert år og at vi er representert med ca 20% på yngrelandslagene.

Høsten 2017 gjennomføres en målsetningsprosess for vår regionale spillerutviklingsaktiviteter. Denne baserer seg blant annet på mottatt evalueringer fra spillere i forkant av Talentsamlingene.

Spillerutvikling regional regi – NHF Region Nord

Region tilbyr spillere og klubbtrenerer møteplasser for ekstra påvirkning.

13 åringer høst	Trenerskole mange steder i region (fokus trenerutvikling og spillere med for at trenere får praktisere)
14 åringer vår	Fylkessamlinger seks steder i region
14 åringer høst	Trenerskole mange steder i region (fokus trenerutvikling og spillere med for at trenere får praktisere)
15 åringer vår	Fylkessamlinger seks steder i region og felles Talentsamling slutten av juni
15 åringer høst	Fylkessamlinger seks steder i region og Regional Landslag
16 åringer vår	Fylkessamlinger ... , Regional Landslag, repr.lag "Bylag" og felles Talentsamling slutten av juni
16 åringer høst	Fylkessamlinger seks steder i region og Regional Landslag
17 åringer vår	Fylkessamlinger ... , Regional Landslag, repr.lag "Regionslag" og felles Talentsamling slutten av juni
17 åringer høst	(Fylkessamlinger seks steder i region) og Regional Landslag
18 åringer vår	Regional Landslag og repr.lag "Regionslag"

For mer informasjon om våre modell for spillerutvikling oppsøk www.handball.no.

Innkalte spillere - gruppe 1

Hedda	Lothe	Byåsen	Bak midtre
Jenny	Straumbotn	Byåsen	Bak midtre
Nora	Nervik	Byåsen	Kant høyre
Aurora	Krogh	Charlottenlund	Bak midtre
Hanne	Watne	Charlottenlund	Bak venstre
Sara Marie	Kjeldstad	Charlottenlund	Linje
Julienne	Tche	Klæbu	Linje
Kaja Ørndal	Nervik	Klæbu	Bakspiller
Karen	Forseth	Klæbu	Bak midtre
Majken Ørndal	Nervik	Klæbu	Bak høyre
Sofie Lægdheim	Moe	Klæbu	Bak venstre
Tone Kroksæter	Kvidal	Klæbu	Målvakt
Julie Lilleholte	Haugen	Lundamo/Flå	Kantspiller
Kristin	Langlete	Melhus/Gimse	Bak høyre
Sara	Nordhammer	Melhus/Gimse	Kant venstre
Emma	Daling	Stjørdal HK	Bak midtre
Mia Kristin	Horgøien	Stjørdal HK	Bak venstre
Thea	Listou	Stjørdal HK	Kant venstre
Maja Elise	Engvik	Strindheim	Linje
Silje Kråkenes	Gussiås	Strindheim	Målvakt
Sofie	Sødal	Strindheim	Bak venstre
Stine	Vikaune	Strindheim	Bak høyre
Synne Jørgensen	Skogmo	Strindheim	Bak midtre

Stine	Hjelseth	Utleira	Målvakt
Stine Øyangen	Johansen	Byåsen	Bakspiller
Frida Sofie	Antonsen	Frøya	Bakspiller

Innkalte spillere - gruppe 2

Oda Broholm	Sæther	Charlottenlund	Målvakt
Emile	Ervik	Frøya	Linjespiller
Mia T.	Berge	Frøya	Bakspiller
Sara Solli	Knutshaug	Frøya	Bakspiller
Kjersti	Jensås	Klæbu	Linjespiller
Stine	Lyse	Klæbu	Målvakt
Marie Kristine R.	Hansen	Melhus/Gimse	Bakspiller høyre
Andrea	Nyeng	Orkanger	Kantspiller venstre
Ingrid Westergren	Foss	Orkanger	Målvakt
Mina	Løseth	Orkanger	Kantspiller
Frida	Skarsmo	Rapp	Bakspiller midt
Hedda Lauvås	Aasen	Stjørdal HK	Kantspiller høyre
Ingvild	Stålhand	Stjørdal HK	Bakspiller høyre
Maja Kildal	Bakken	Stjørdal HK	Bakspiller
Elida	Engen	Strindheim	Bakspiller
Sofie	Halvorsen	Strindheim	Kantspiller venstre
Christine	Fuglevaag	Utleira	Kantspiller venstre
Fride Lunne	Mastad	Utleira	Bakspiller venstre
Ingrid Sæternes	Kvitsand	Utleira	Bakspiller midt

Kommende samlinger:

Fylkessamlinger i Sør-Trøndelag planlegges (med forbehold):

30.11.2017

14.12.2017

Regionale samlinger

05.10.2017 (2000 og 2002)

14.11.2017 (2000 og 2002)

15.- 17.12.2017 (NM-samling)

05.01.2018 (2000)

29.01.2018 (2002)

01.03.2018 (2000 + 2002)

02.- 04.03.2018 (NMI5, Stavanger)

12.04.2018 (2000 + 2002)

22.- 25.06.2018 (Talentsamling 2003)

26.- 29.06.2018 (Talentsamling 2001 og 2002)