

## INNKALLING

NHF Region Nord innkaller til spillersamling.

<b>Miljø</b>	<b>Regionalt Landslag</b>
<b>Målgruppe</b>	<b>Gutter født 2001</b>
<b>Dato og sted</b>	<b>Onsdag 06. februar 2019</b> <b>Kolstad Arena - MERK hallendring (se reiseinfo fra hotell under)</b>
	<b>10:15 -</b> Info om økta og utveksling siden sist
	<b>10:30 - 12:00</b> Økt 1
	<b>14:30 - 16:00</b> Økt 2
	<b>16:00 - 16:15</b> Oppsummering og avslutning
<b>Trenersteam</b>	Jørgen Laug, Jan-Erik Wiedemann og Kjetil Gimnes + målvaktsressurs.
<b>Kontakt</b>	Spørsmål fra spillere og eventuelt forfall rettes til <b>Jørgen Laug</b> (se under).  Spørsmål vedr <b>uttak</b> (foresatte ber vi rette sine spørsmål via klubbtrener) rettes til Jørgen Laug via SMS til 934 32 999.
<b>Annet</b>	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.  Angående reise og overnatting for spillere Møre og Romsdal, Nordland, Troms og Finnmark. Egen info er sendt via SMS i forbindelse med innkallingsvarsel. Se også på slutten av innkallingsdokumentet.  Alle spillere organiserer selv sin reise.
<b>Kommentar til uttak</b>	ALLE SKAL HA MED SEG og BRUKE DUSJ-TØY ETTER BEGGE ØKTER

*Vel møtt!*

## 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 yngrelandslag 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 treningstimene 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 denne sesongen

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

- Fylkessamling - tre økter per halvår (tilpasninger)
- Regionalt Landslag - minimum to samlinger a to økter per halvår
- I tillegg "kjemper" de som danner Regionalt Landslag om deltakelse på repr.lag - Bylag (2003ere) eller Landsdelsamling (2001ere).

### 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 til Geir Nicolaysen.

Ønsker SMS (909 33 353) eller e-post ([gn@handball.no](mailto:gn@handball.no) - merkes "Utviklingsmiljø").

#### 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 ivaretatt igjennom:

- Ca 1/3 trening sammen med spillere som har kommet lengre (differensiering / hospitering).
- Hver klubbtrening med øving i spillituasjoner 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.**

### 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	Endres sesongen 2018/2019 - forlenger Trenerskole; kampdager/-kvelder
14 åringer høst	Trenerskole mange steder i region (fokus trenerutvikling og spillere med for at trenere får praktisere)
15 åringer vår	Fylkessamlinger 5 steder i region og felles Talentsamling slutten av juni
15 åringer høst	Fylkessamlinger 5 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 5 steder i region og Regional Landslag
17 åringer vår	Fylkessamlinger 5 steder i region og Regional Landslag
17 åringer høst	(Fylkessamlinger 5 steder i region), Regional Landslag og Landsdelsamling
18 åringer vår	Regional Landslag og Landsdelsamling

For mer informasjon om våre modell for spillerutvikling oppsøk [www.handball.no](http://www.handball.no).

### Innkalte spillere

Micael Lindholm	Andersen	Bossekop	Bakspiller	Bestill fly 05.- 06/2 - overnatting ordnes
Adrian	Juul	Charlottenlund	Kantspiller venstre	
Aziah Elias Hoel	Tche	Kløbu	Kantspiller høyre	
Tage	Nielsen	Kolstad	Målvakt	
Nicolai	Daling	Kolstad	Bakspiller høyre	
Bjørn Otto	Havdal	Melhus/Gimse	Kantspiller høyre	
Elias Raaness	Sæteraas	Melhus/Gimse	Linjespiller	
Eskil	Lund	Melhus/Gimse	Bakspiller venstre	
Mikkel Hårsaker	Mærk	Melhus/Gimse	Bakspiller	
Odin Sæter	Oterholm	Melhus/Gimse	Linjespiller	
Oliver	Rødnesnes	Melhus/Gimse	Kantspiller venstre	
Sebastian	Torp	Melhus/Gimse	Målvakt	
Sondre	Orheim	Melhus/Gimse	Målvakt	
Stian Erdal	Sivertsen	Melhus/Gimse	Kantspiller venstre	
Thomas	Martinsen	Melhus/Gimse	Bakspiller venstre	
Markus	Grindberg	Namsos HK	Bakspiller midtre	
Mathias	Svendsen	Strindheim	Kantspiller høyre	
Eskil Dahl	Reitan	Sverresborg	Bakspiller venstre	
Henrik Hansen	Bangsund	Sverresborg	Bakspiller	
Mads	Solem	Sverresborg	Linjespiller	
Sondre	Rø	Sverresborg	Målvakt	
Imre	Buhaug	Vikhammer HK	Bakspiller høyre	
Odin Silseth	Tømmerbakk	Ørsta	Bakspiller høyre	Overnatting 7-8/11 ordnes

## Praktisk informasjon tilreisende spillere

Overnatting ved Scandic Lerkendal (se kommentar ut til venstre for sitt navn over).  
Rom er fordelt og spiller oppgir sitt navn ved ankomst kvelden før samling.

De som ankommer Trondheim Lufthavn Værnes tar Flybussen direkte til hotellet (bytte ikke buss).

De som ankommer Trondheim med Mørebussen hopper av ved Lerkendal stadion / Scandic Lerkendal (Holtemannsveien).  
Scandic Lerkendal ligger i parallell-gaten til Holtemannsveien.

**Intern transport i Trondheim skjer med lokal AtB-buss ved hotellet og billett kjøpes via SMS.**

**MERK ANNEN HOLDEPLASS TIL KOLSTAD ARENA**

**Send barn (hvis 16 år eller yngre) eller voksen til mobilnummer 2727**

Til Kolstad Arena med buss retning "ut fra sentrum":

Bussholdeplassen "Holtemanns veg 1" ca 250 meter fra hotellet, retning ut fra sentrum

Bussholdeplassen er rett ved byggevirkksomhet / På andre siden av 4-feltsvei.

**BUSS NUMMER 4 - senest buss med avgang 08:01 - til holdeplass Saupstadsenteret**

Usikker - spør sjåføren om buss kjører retning Kolstad / Saupstad.

Tidsbruk: Ca 13 minutter + 3-4 minutter gange

Husk å pakke praktisk med tanke på forlytting til/fra hall.

Etter samling oppfordres ALLE til å bidra til at langveisfarende blir transportert til nærmeste bussholdeplass:

>> Skyss privat eller AtB-buss til Lerkendal for de som skal reise med Flybuss ut til Trondheim Lufthavn

>> Ved City Syd for de som skal reise med Mørebussen sørøver

Oppfordrer til at man Google-søker før man starter reisen til Trondheim. Eksempelvis finner Scandic Lerkendal, Samfunnet og Trondheim Spektrum.

### Reisetilskudd

Utgifter under 400,- refunderes ikke.

- Rimligste flyreise (ungdomsbillett) fra Salten og nordover refunderes i sin helhet (flybuss ligger i overfor nevnte egenandelen).

Refunderes påfølgende måned - vanligvis den 25.te.

- Bussreise (samme satser ved bruk av bil) fra Namdal og Møre og Romsdal refunderes følgende satser:

900,- Volda.

750,- Rørvik og Ålesund.

400,- Molde og Kristiansund

**Reisetilskudd refunderes 2 ganger per sesong (ultimo desember og ultimo mai)**

## Kommende samlinger (med forbehold):

13.03.- 17.03.2019      Mesterskap for NM15/Bylag J2003 (2 lag per kjønn fra Region Nord)

10.04.2019              2002-03 og 2001