

INNKALLING TIL SAMLING FOR SPILLERUTVIKLING NHF REGION ØST.

Samlingene avholdes:

Samling 6	03.05.18 kl. 1900-2100	Sofiemyrhallen	Pådrag/ viderespill
-----------	------------------------	----------------	---------------------

Fremmøte 15. min før samling ferdig skiftet.

Innkalling av spillere til denne økten:

Hver klubb får med seg to stykker på hver samling. Om trener (fortrinnsvis hovedtrener) møter på samling, kan den ta med seg én ekstra. Dette må meldes i forkant av økten, slik at spillerutviklerne vet hvor mange utøvere og trenere som er tilstede.

Til denne økten skal Langhus, Oppegård, Vestby og Ås ta med seg en målvakt hver og denne kommer i tillegg til utespillerne

Vi vil at treneren fyller ut følgende skjema 14 dager før samling og sender det til nhf.ron@handball.no (Alle skjemaer skal kun inneholde rene årskull). Dette for at spillerutviklerne vet hvem som kommer fra de ulike klubbene. Skjema finner dere her: [Innmelding av spillere](#) . Meld også inn kontaktinformasjon på trener fra laget som deltar på økten sammen med spillerne.

Husk å ta med:

- To t-skjorter; En lys og en mørk (da ikke alle haller har vester tilgjengelig)
 - Ball
 - Drikkeflaske

Alle trenere oppfordres til å møte på samlingen

Følgende klubber er med i puljen Follo:

Kolbotn, Langhus, Nesodden, Oppegård, Son, Ski, Vestby og Ås

Innkallinger for SPU G13 Follo finner dere her: [Innkallinger SPU G13 Follo](#)

Tema for økt plan for denne samlingen finner dere her: [Økt 6- Pådrag/ viderespill](#)

Hovedtrenere på klubblagene bestemmer hvilke spillere som deltar på samlingene på SPU 13 og gir beskjed til sine spillere om å møte på økten.

Det sendes ut ny innkalling min. 2 uker før samling.

Årsplan for samlinger

Her er årsplanen for samlingene for dette SPU miljøet:

Samling	Dato og tid	Hall	Tema
Samling 1	04.12.17 kl.1800-2000	Vestby Arena	Kast og mottak
Samling 2	08.01.18 kl. 1830-2030	Stil Arena Bane 2	Skuddteknikker
Samling 3	05.02.18 kl.1900-2100	Nesoddhallen	Individuell forsvarsteknikk
Samling 4	05.03.18 kl.1900-2100	Kråkstadhallen	Finteteknikk
Samling 5	06.04.18 kl.1800-2000	Åshallen	Duellspill
Samling 6	03.05.18 kl. 1900-2100	Sofiemyrhallen	Pådrag/ viderespill

Forfall til samling

Spillere som møter på disse samlingene skal være 100% skadefrie, forfall skal håndteres av klubbtrener omgående eller senest en dag før slik at klubben fyller opp sine plasser.

Strømmen 10.04.2018

Med vennlig hilsen
NHF Region Øst

Trine Sneeggen Fors
Spill og trening
Tlf. 91372361
Trine.SneeggenFors@handball.no

Ken Terje Nordtvedt (trener)
Ole-Stian Rødal (trener)