

## INNKALLING TIL SAMLING FOR SPILLERUTVIKLING NHF REGION ØST

Du er en av de som er plukket ut til å være med på samling i gruppen G13 Oslo for spillere født i 2009

Samling nr./ arrangør klubb	Dato/Klokkeslett	Hall	Tema
Samling 3 / Linderud	Onsdag 08.02.2023 Kl: 19:00-20:30	LF Hallen	Klikk her <a href="#">Individuell forsvarsteknikk</a>

Fremmøte 15.min før samling og ferdig skiftet til treningstart.

Følgende klubber tilhører denne gruppen: Bækkelaget, Kjelsås/Korsvoll, Nordstrand, Oppsal, Linderud, Sinsen-Refstad, Fjellhammer

### Innkalling av spillere til denne økten:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Kristoffer	Torkildsby-Reine	Målvakt	Bækkelagets
Emre Bøhm	Ottar	Bakspiller	Bækkelagets
Mikkel Simensen	Østreng	Bakspiller, høyre	Bækkelagets
Marcus	Carlander	Flerposisjonsspiller	Bækkelagets
Elliot Jørgensen	Øiestad	Bakspiller	Bækkelagets
Ola	Moksnes	Kantspiller, høyre	Bækkelagets
Kasper Thorstad	Robsahm	Linjespiller	Fjellhammer
Herman	Rensmoen	Målvakt	Fjellhammer
William	Inglingstad	Bakspiller, venstre	Fjellhammer
Ask Hafstad	Siqveland	Linjespiller	Kjelsås/Korsvoll
Ebbe Carsten Osmundsen	Astrup	Bakspiller	Kjelsås/Korsvoll
Henrik	Hagen-Småstu	Bakspiller	Kjelsås/Korsvoll
Jan	Kvalheim	Bakspiller	Kjelsås/Korsvoll
Johan Fodstad	Anjer	Målvakt	Kjelsås/Korsvoll
Eirik Haugen	Tessem	Målvakt	Linderud/Linje 5
Petter Bakken	Kralik	Flerposisjonsspiller	Linderud/Linje 5
Ludvig	Løvseth-Kyrkjeeide	Bakspiller, høyre	Linderud/Linje 5
Daniel By	Tømmeraas	Flerposisjonsspiller	Linderud/Linje 5
Christian	Sachweh	Bakspiller, midt	Linderud/Linje 5
Alfred Bjerke	Retvik	Flerposisjonsspiller	Nordstrand
Adin	Zeljko	Bakspiller	Nordstrand
Alex	Kocev	Bakspiller	Nordstrand
Jasper Alain Ntsiloulou	Makita	Målvakt	Sinsen-Refstad*
Stefan Kristian	Nikolic	Bakspiller, midt	Sinsen-Refstad*
Ask Eie	Næss	Flerposisjonsspiller	Vålerenga
Aksel Eknes	Rasmussen	Flerposisjonsspiller	Vålerenga

\*Forfall

\*\* Ny spiller inn

**Husk å ta med egen ball, klubbdrakt og drikkeflaske.**

**Viktig at du har en tapebit med navnet ditt synlig klistret på drakten din!**

#### **Klubbtrener til laget som arrangerer skal:**

- ta kontakt med SPU trener i forkant av samling.
- møte SPU trener i hallen samlingsdagen.
- stille med klubbtrener som skal være assistent for SPU-trener under hele økten.
- kontakte SPU-trener noen dager før samling for å være forberedt til selve økten
- stille med vester og kjepler/flatmarkører skal stille med medisinbag

#### **Uttak SPU 13:**

NHF Region Øst gjør ingen uttak av spillere på spillerutvikling (SPU) 13år. Utviklingsmiljøet er for spillere født i årgang 2009 uten unntak. Det blir gitt ett antall plasser per lag basert på lisensierte spillere og klubbtrener i samråd med sportslig leder i sin klubb gjør en prioritering i sitt lag og bestemmer selv hvilke spillere han/hun mener vil være best egnet for deltakelse til SPU. Dersom et lag har mange aktuelle kandidater, kan klubbtrener lagere en rulleringsliste blant disse.

#### **Forfall:**

Eventuelle meldinger om skade/sykdom eller forfall til samling skal håndteres av klubbtrener omgående eller senest en dag før samling slik at klubben fyller opp sine plasser.

Eventuelle endringer på innkalling skal varsles Tom Fokstuen pr epost [tom.fokstuen@handball.no](mailto:tom.fokstuen@handball.no)  
Merk eposten «Forfall SPU G13 Oslo»

#### **Årsplan for samlinger:**

Treningene på SPU 13 vil foregå på rundgang i de klubbene som er i samme gruppe.

For mer info om SPU 13 finnes her: <https://www.handball.no/regioner/region-ost/utvikling/spillerutvikling/spu-13/>

#### **Neste samling.**

Samling nr./ arrangør klubb	Dato/Klokkeslett	Hall	Tema
Samling 4 / Sinsen-Refstad	Fredag 03.03.2023 Kl: 19:00-20:30	Teglverkshallen	Klikk her: <a href="#">Finter</a>
Samling 5 / Nordstrand	Torsdag 16.03.2023 Kl: 17:30-19:00	Nordstrand Arena 2	Klikk her: <a href="#">Individuell forsvarsteknikk (utgruppert)</a>
Samling 6 / Fjellhammer	Mandag 20.03.2023 Kl: 18:00-19:30	Fjellhamarhallen	Klikk her: <a href="#">Linjespill</a>
Samling 7 / Kjelsås/Korsvoll	Tirsdag 11.04.2023 Kl: 19:30-21:00	Rønningen flerbrukshall	Klikk her: <a href="#">Duellspill</a>
Samling 8 / Bækkelaget	Mandag 17.04.2023 Kl: 18:30-20:00	Bjørnholthallen	Klikk her: <a href="#">Pådrag - viderespill og plasskifter</a>

**Strømmen 23.01.2023**

**Oppdatert 09.02.2023**

Med vennlig hilsen

NHF Region Øst  
Tom Fokstuen  
Spill og trening  
Tlf. 459 06 571  
[tom.fokstuen@handball.no](mailto:tom.fokstuen@handball.no)

Trener G13 Oslo  
Marius Auensen  
98819853  
[mauensen@gmail.com](mailto:mauensen@gmail.com)