

## INNKALLING TIL SAMLING FOR SPILLERUTVIKLING NHF REGION ØST GUTTER FØDT 2010 GRUPPE G13-OSLO

Samling nr./ arrangør klubb	Dato/ Klokkeslett	Hall	Tema
Samling 1 / Linderud/Linje 5 IL	20.10.2023 Kl. 17:30-19:00	Linderudhallen	<a href="#">Kast og mottak</a>

**Fremmøte 15.min før samling og ferdig skiftet/tapet til treningstart.**

### **Følgende lag er med i gruppen G13 Oslo:**

Bækkelaget SK, Bøler IF/Oppsal IF, Kjelsås IL, Korsvoll IL, Linderud/Linje 5, Nordstrand IF og Sinsen-Refstad IL

### **Uttak:**

Regionen gjør ingen uttak av utøvere på SPU 13, men det er klubb som gjøre en prioritering, og bestemmer hvilke spillere som skal delta fra sitt lag i henhold til tildelt kvote med unntak av målvakter. Her vil region Øst lage en rulleringsliste blant de aktuelle målvaktene som er meldt inn slik at det alltid kalles inn tre-fire stk. til hver samling.

### **Innkalling av spillere til denne økten:**

Navn på spiller	Spillplass	Klubb
Filip Hei-Vidalon	Flerposisjonsspiller	Bækkelaget SK
<del>Mikkel Gåsemyr</del>	<del>Flerposisjonsspiller</del>	<del>Bækkelaget SK*</del>
Lucas Konglevoll Sundt	Bakspiller, høyre	Bækkelaget SK
Isaac Knagenhjelm	Bakspiller, venstre	Bækkelaget SK
Oliver Hauan	Målvakt	Bækkelaget SK
Johannes Zimmer Stensvold	Bakspiller, midt	Bækkelaget SK**
Dragomir <b>Stefan</b> Teodorovic	Bakspiller, høyre	Bøler IF /Oppsal IF
Leon Myhra Wiik	Flerposisjonsspiller	<b>Bøler IF</b> /Oppsal IF
Simon Farstad-Hareide	Flerposisjonsspiller	<b>Bøler IF</b> /Oppsal IF
Ikenna David Chukwu	Målvakt	<b>Bøler IF</b> /Oppsal IF
Aleksander With Dahle	Bakspiller, venstre	Kjelsås IL
Gjermund Raaen-Zapffe	Flerposisjonsspiller	Kjelsås IL
Ådne Øktedalen	Bakspiller, midt	Kjelsås IL
Sondre Sørebo	Kantspiller, venstre	Korsvoll IL
Eirik Waldemar Håland	Bakspiller, midt	Korsvoll IL
Trygve Seljeflot-With	Flerposisjonsspiller	Korsvoll IL
Kristian Nysveen	Bakspiller	Linderud / Linje 5
<del>Martin Jacobsen Strømme</del>	<del>Kantspiller</del>	<del>Linderud / Linje 5*</del>
Emil Aasbø Hytten	Kantspiller	Linderud / Linje 5
Oscar Kokkim	Bakspiller	Linderud / Linje 5**
Sindre Aleksander Hansen	Målvakt	Linderud / Linje 5
Elias Elmenhorst	Bakspiller, midt	Nordstrand IF
Arav Shoor	Bakspiller, venstre	Nordstrand IF
<del>Adam Vieth Eriksson</del>	<del>Bakspiller, høyre</del>	<del>Nordstrand IF*</del>
Isak Ljunggren Buvik	Kantspiller, høyre	Nordstrand IF
Theodor Ryen	Kantspiller, venstre	Nordstrand IF**
Adrian Blekastad Hegge	Linjespiller	Sinsen-Refstad IL
Leonard Nicolai Lysell-Johansen	Bakspiller	Sinsen-Refstad IL
Emil Tollefsrud	Linjespiller	Sinsen-Refstad IL
William With	Kantspiller høyre	Sinsen-Refstad IL
Elias Kjelsrud Westgård	Målvakt	Sinsen-Refstad IL

**\*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 utstyr som vester og kjepler/flatmarkører og medisinbag.

**Forfall:**

Spillerne skal varsle forfall til sin klubbtrener så snart de vet de ikke kan møte til økten.

Klubbtrener varsler eventuelle meldinger om forfall samt endringer på innkalling til SPU trener **Jan John Beyer** per epost [bd.johnb@gmail.com](mailto:bd.johnb@gmail.com) , med kopi til regionskontoret ved Trine Sneeggen Fors per epost [trine.sneeggenfors@handball.no](mailto:trine.sneeggenfors@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. Det vil bli satt opp en årsplan med samlinger og denne finner du på vår hjemmeside ved å trulle her:

[Spillerutvikling \(SPU\) 13år \(10\)](#)

**Strømmen 13.10.2023**

**Endret 20.10.2023**

Med vennlig hilsen

<b>Trine Sneeggen Fors</b>	<b>John Beyer</b>
<b>NHF Region Øst Spill &amp; Trening</b>	<b>Trener</b>
<b>Tlf. 91372361</b>	<b>Tlf. 90738498</b>
<a href="mailto:Trine.sneeggenfors@handball.no">Trine.sneeggenfors@handball.no</a>	<a href="mailto:bd.johnb@gmail.com">bd.johnb@gmail.com</a>