

**INNKALLING TIL SAMLING FOR SPILLERUTVIKLING NHF REGION ØST
GUTTER FØDT 2010 GRUPPE G13-Nord**

| Samling nr./ arrangør klubb | Dato/ Klokkeslett | Hall | Tema |
|---|--|-------------------|---|
| Samling 5 / Fjellhammer IL | 31.01.2024 Kl. 19:00-20:30 | Fjellhammer Arena | Individuell forsvarstrening |
| Fjellhammer | NY DATO: 06.02.2024 Kl. 19:00-20:30 | | |

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

Følgende lag er med i gruppen G13 Nord:

Eidsvoll IF, Eidsvoll Turn, Fjellhammer IL, Lillestrøm HK, Nannestad IL, Nit-Hak HK, Sørumsand IF, Ull/Kisa IL og Gjerdrum 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 rulleringslite 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 |
|------------------------------------|----------------------------------|------------------------------------|
| Kristoffer Folden-Sørgården | Flerposisjonsspiller | Eidsvold IF |
| Mio Revfem Egeland | Flerposisjonsspiller | Eidsvold Turn Håndball |
| Viktors Karabeska | Målvakt | Eidsvold Turn Håndball |
| Kaspian Fredrik Lindsjö | Flerposisjonsspiller | Eidsvold Turn Håndball* |
| Hans Volden | Kantspiller, venstre | Fjellhammer IL |
| Olav Lie Kvisler | Flerposisjonsspiller | Fjellhammer IL |
| Oliver Strandli | Flerposisjonsspiller | Fjellhammer IL |
| Marcus Florvik | Målvakt | Fjellhammer IL |
| Daniel Berge | Bakspiller | Gjerdrum IL |
| Kasper Berntsen | Linjespiller | Gjerdrum IL |
| Sondre Berge | Flerposisjonsspiller (Bs, Linje) | Gjerdrum IL |
| Olve Mørch Ryengen | Flerposisjonsspiller | Lillestrøm HK |
| Sebastian Bondestad Stenseth | Bakspiller, venstre | Lillestrøm HK |
| Tawan Elvsaa Skansen | Flerposisjonsspiller | Lillestrøm HK |
| Erik Helland | Flerposisjonsspiller | Nannestad IL |
| Ola Lund Homble | Flerposisjonsspiller | Nannestad IL* |
| Ivo Alexandu Bodocan | Kantspiller, venstre | Nannestad IL** |
| Ludvig Gundersen | Flerposisjonsspiller | Nit-Hak HK |
| Oscar Bull | Flerposisjonsspiller | Nit-Hak HK |
| Arian Hild | Målvakt | Nit-Hak HK** |
| Hamzat Dikajev | Bakspiller, venstre | Sørumsand IF |
| Max Elian Walle | Bakspiller, midt | Sørumsand IF |
| Johannes Tevik Bueie | Flerposisjonsspiller | Ull/Kisa IL |
| Mikkel Heen Kristoffersen | Kantspiller, venstre | Ull/Kisa IL |
| Odd Martin Woldvik | Bakspiller, venstre | Ull/Kisa IL |
| Odin Sparby | Målvakt | Ull/Kisa IL |

*Rullerer ut **Ny utøver 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 kjebler/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 **Glenn Mørk** per epost Glenn.moerk@gmail.com, med kopi til regionskontoret ved Trine Sneeggen Fors per epost trine.sneeggenfors@handball.no . **Merk eposten «Forfall SPU G13 Nord»**

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 16.01.2024

Endret 06.02.2024

Med vennlig hilsen

| | |
|--|--|
| Trine Sneeggen Fors | Glenn Mørk |
| NHF Region Øst Spill & Trening | Trener |
| Tlf. 91372361 | Tlf. 41445544 |
| Trine.sneeggenfors@handball.no | Glenn.moerk@gmail.com |