

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

| Samling nr./<br>arrangør klubb | Dato/<br>Klokkeslett          | Hall           | Tema                       |
|--------------------------------|-------------------------------|----------------|----------------------------|
| Samling 7 /<br>Nit-Hak         | 21.03.2024<br>Kl. 19:30-21:00 | Hakadalshallen | <a href="#">Duellspill</a> |

**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, 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                        |
| <del>Albert Benjamin Lindsjö</del> | <del>Flerposisjonsspiller</del> | <del>Eidsvold Turn Håndball*</del> |
| Kaspian Fredrik Lindsjö            | Flerposisjonsspiller            | Eidsvold Turn Håndball             |
| <del>Viktors Karabeska</del>       | <del>Målvakt</del>              | <del>Eidsvold Turn Håndball*</del> |
| Mio Revfem Egeland                 | Flerposisjonsspiller            | Eidsvold Turn Håndball**           |
| <del>William Bingen</del>          | <del>Bakspiller, venstre</del>  | <del>Fjellhammer IL*</del>         |
| Oliver Strandli                    | Flerposisjonsspiller            | Fjellhammer IL*                    |
| Olav Lie Kvisler                   | Flerposisjonsspiller            | Fjellhammer IL*                    |
| Marcus Florvik                     | Målvakt                         | Fjellhammer IL                     |
| Mathias Vike Grundeland            | Bakspiller, høyre               | Fjellhammer IL**                   |
| Jørgen Nødset Berg                 | Bakspiller, venstre             | Fjellhammer IL**                   |
| Fredrik Emil Dividal               | Linjespiller                    | Fjellhammer IL**                   |
| Kenny Hernes Vraalsen              | Bakspiller                      | Gjerdrum IL                        |
| Martin Braate                      | Bakspiller                      | Gjerdrum IL                        |
| Sebastian Braate Homem De Carvalho | Bakspiller                      | Gjerdrum IL                        |
| Sebastian Bondestad Stenseth       | Bakspiller, venstre             | Lillestrøm HK                      |
| Halvor Myklebust                   | Flerposisjonsspiller            | Lillestrøm HK                      |
| Tawan Elvsaa Skansen               | Flerposisjonsspiller            | Lillestrøm HK                      |
| Arian Hild                         | Målvakt                         | Nit-Hak HK                         |
| Alfred Bekkelund                   | Flerposisjonsspiller            | Nit-Hak HK                         |
| Eivind Ólafsson Tangen             | Flerposisjonsspiller            | Nit-Hak HK                         |
| Max Elian Walle                    | Bakspiller, midt                | Sørumsand IF                       |
| Hamzat Dikajev                     | Bakspiller, venstre             | Sørumsand IF*                      |
| Erik Helland                       | Flerposisjonsspiller            | Ull/Kisa IL*                       |
| Ivo Alexandu Bodocan               | Kantspiller, venstre            | Ull/Kisa IL                        |
| Johannes Tevik Bueie               | Flerposisjonsspiller            | Ull/Kisa IL                        |
| Odin Sparby                        | Målvakt                         | Ull/Kisa IL                        |
| Bastian Leo Nagel Nilsen           | Bakspiller, midt                | 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](mailto:Glenn.moerk@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 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 08.03.2024**

**Endret 22.03.2024**

Med vennlig hilsen

|  |  |
|--|--|
| <b>Trine Sneeggen Fors</b>   | <b>Glenn Mørk</b>  |
| <b>NHF Region Øst Spill &amp; Trening</b>  | <b>Trener</b>  |
| <b>Tlf. 91372361</b>   | <b>Tlf. 41445544</b>   |
| <a href="mailto:Trine.sneeggenfors@handball.no">Trine.sneeggenfors@handball.no</a> | <a href="mailto:Glenn.moerk@gmail.com">Glenn.moerk@gmail.com</a> |