

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

Samling nr./ arrangør klubb	Dato/ Klokkeslett	Hall	Tema
Samling 8 / Region Øst	22.04.2024 Kl. 19:00-20:30	Ekeberghallen	<a href="#">Pådrag og viderespill</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
Lucas Konglevoll Sundt	Flerposisjonsspiller	Bækkelaget SK
Ola Malling Fløystad	Bakspiller, venstre	Bækkelaget SK
Johannes Zimmer Stensvold	Flerposisjonsspiller	Bækkelaget SK
Mikkel Gåsemyr	Flerposisjonsspiller	Bækkelaget SK
Lars Langvad Stensløkken	Flerposisjonsspiller	<b>Bøler IF /Oppsal IF</b>
Dragomir <b>Stefan</b> Teodorovic	Bakspiller, høyre	Bøler IF / <b>Oppsal IF</b>
Andreas Laugsand Nilsen	Bakspiller, midt	Bøler IF / <b>Oppsal IF</b>
Jonas Storm Prestø	Målvakt	Bøler IF / <b>Oppsal IF</b>
<del>Fredrik Fjerdingsstad</del>	<del>Flerposisjonsspiller</del>	<del>Kjelsås IL*</del>
<del>Henrik Brandlistuen</del>	<del>Flerposisjonsspiller</del>	<del>Kjelsås IL*</del>
Christian Monrad Hagen	Målvakt	Kjelsås IL
Ådne Øktedalen	Bakspiller, midt	Kjelsås IL
Thorvald Thorkildsen Hvidsten	Flerposisjonsspiller	Kjelsås IL*
Sverre Rivrud Nansen	Flerposisjonsspiller	Kjelsås IL*
Conrad Zetterman	Bakspiller, venstre	Korsvoll IL
<del>Henning Rudshaug</del>	<del>Flerposisjonsspiller</del>	<del>Korsvoll IL*</del>
Fredrik Vold-Sarnes	Bakspiller, høyre	Korsvoll IL
Trygve Seljeflot-With	Flerposisjonsspiller	Korsvoll IL
Christian Oldenburg	Flerposisjonsspiller	Korsvoll IL**
Kristian Nysveen	Bakspiller	Linderud / Linje 5
Martin Jacobsen Strømme	Kantspiller	Linderud / Linje 5
Tobias Vaarnes Jørgensen	Bakspiller	Linderud / Linje 5
<del>Sindre Aleksander Hansen</del>	<del>Målvakt</del>	<del>Linderud / Linje 5*</del>
Henrik Skjellevik-Hege	Målvakt	Nordstrand IF
Linus Denstad	Bakspiller, midt	Nordstrand IF
Henrik Skjellevik-Hege	Målvakt	Nordstrand IF
Felix Holme Welding	Bakspiller	Nordstrand IF
Simon Nikolai Kolflaath Glaved	Flerposisjon, venstre	Nordstrand IF
Theo Solbakken Sansom	Flerposisjonsspiller (Bs og Kv)	Sinsen-Refstad IL
Emil Tollefsrud	Linjespiller	Sinsen-Refstad IL
William With	Kantspiller høyre	Sinsen-Refstad IL
Jens Nordenborg Lous	Kantspiller venstre	Sinsen-Refstad IL

**\*Forfall eller rullerer / \*\*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 08.04.2024**

**Endret 22.04.2024**

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>