

INNKALLING TIL SAMLING FOR SPILLERUTVIKLING NHF REGION ØST.

Du er en av de som er plukket ut til å være med på samling i G 14 Østfold

Samlingene avholdes:

Samling 4	12.03 Kl: 1830-2030	HK Eidsberg	Finteteknikk
-----------	---------------------	-------------	--------------

Fremmøte 15. min før samling ferdig skiftet.

Fornavn	Etternavn	Posisjon	Klubbnavn spiller
Ole Herman Andreassen	Andreassen	Bakspiller	Lervik IF
Petter	Bjørgengen	Bakspiller	Tistedalen TIF
Daniel	Måleng	Bakspiller	Herulf
Fredrik	Eikrem	Bakspiller	Herulf
Samuel	Lund	Bakspiller, Midt	HK Trøgstad 97
Herman	Linnestad	Bakspiller, Høyre	HK Trøgstad 97
Thomas	Stenersen	Flerposisjonspiller	Rygge
Jørgen	Brogård	Flerposisjonspiller	Rygge
Max	Gjerløv	Flerposisjonspiller	Lervik IF
Marcus	Antonsen	Flerposisjonspiller	Rygge
Andreas	Holmen	Flerposisjonspiller	Rygge
Magnus	Bergerud	Flerposisjonspiller	Rygge
Henrik	Langstøyl	Kantspiller, venstre	Spydeberg Håndball
Isak	Bakkerud	Kantspiller, venstre	Rygge
Kristian Bjordal	Brenne	Kantspiller, venstre	Tistedalen TIF
Eskil	Magnussen	Linjespiller	Lervik IF
Håkon	Aanrud	Linjespiller	Rygge
Joakim	Tharaldsen	Målvakt	Spydeberg Håndball
Kristoffer	Almås	Målvakt	Rygge
Per-Håkon	Woldheim	Målvakt	Tistedalen TIF
Petter Lysaker	Vikeby	Bakspiller	HK Eidsberg
Jakob	Torp	Flerposisjonspiller	HK Eidsberg
Philip	Barø	Bakspiller	HK Eidsberg
Eggen Jakobsen	Gøran	Kantspiller	HK Eidsberg
Sebastian	Hauglid	Målvakt	Vestby/Ås

Innkalling av spillere til denne økten:

Hver klubb får med seg tre stykker på hver samling. Om trener (fortrinnsvis hovedtrener) møter på samling, kan den ta med seg én ekstra.

Dette må meldes i forkant av økten, slik at spillerutviklerne vet hvor mange utøvere og trenere som er tilstede.

Om en klubb kun har én spiller som er interessert, er det fint om dette meldes fra om slik at en annen klubb kan ta med seg en ekstra.

Vi vil at treneren fyller ut følgende skjema 14 dager før samling og sender det til nhf.ron@handball.no (Alle skjemaer skal kun inneholde rene årskull) og til spillerutvikler. Skjema finner dere her: [Innmelding av spillere](#)

**Husk å ta med egen ball, klubbdrakt og drikkeflaske.
Alle trenere oppfordres til å møte på samlingen**

Følgende klubber er med i Østfold:

Ås - Gamle Fredrikstad – Gresvik - Herulf - HK Eidsberg – HK Trøgstad – Lervik- Rygge – Tistedalen
-Spydeberg

Innkallinger for SPU G14 Østfold finner dere her: [Innkallinger SPU G14 Østfold](#)

Tema for økt plan for denne samlingen finner dere her: [Økt 4 - Finteteknikk](#)

Selv om det er satt opp en halvårsplan med samlinger, er det ikke gitt at alle spillere som er innkalt på sist samling– er med på neste samling. Det sendes ut ny innkalling min. 2 uker før samling.

Årsplan for samlinger

Her er årsplanen for samlingene for dette spu miljøet;

Samling	Dato og tid	Hall	Tema
Samling 1	04.12 Kl: 1830-2030	HK Eidsberg	Kast og mottak
Samling 2	08.01 Kl: 1830-2030	HK Eidsberg	Skuddteknikker
Samling 3	29.01 Kl: 1830-2030	HK Eidsberg	Individuell forsvarsteknikk
Samling 4	12.03 Kl: 1830-2030	HK Eidsberg	Finteteknikk
Samling 5	09.04 Kl: 1830-2030	HK Eidsberg	Sperreteknikk
Samling 6	30.04 Kl: 1830-2030	HK Eidsberg	Duellspill
Samling 7	kommer Kl: 1830-2030	HK Eidsberg	Overgang og pådragsspill

Forfall til samling

Spillere som ikke kan delta for fullt skal melde forfall omgående eller senest en dag før samling til madsfredriksen@gmail.com mob; 48251460

Strømmen 06.03.2018

Med vennlig hilsen
NHF Region Øst

Tom Fokstuen
Spill og trening
459 06 571
tom.fokstuen@handball.no

Mads Fredriksen (trener)
Jan Joachimiak (trener)