

## INNKALLING TIL SAMLING FOR SPILLERUTVIKLING NHF REGION ØST.

Du er en av de som er plukket ut til å være med på samling for G14 Vest

Samling	Dato og tid	Hall	Tema
Samling 2	28.10.2019 Kl: 20:00-22:00	Ekeberghallen A	<a href="#">Skuddteknikker</a>

Fremmøte 30. min før samling ferdig skiftet.

### Følgende spillere innkalles:

Fornavn	Etternavn	Posisjon	Klubbnavn
Einar Lauvsnes	Selbo	Bakspiller	Asker SK
Ole Møgedal	Skjellestad	Bakspiller	Asker SK
Eirik	Schei	Bakspiller	Asker SK
Sindre	Gundersen	Linjespiller	Asker SK
Jonas	Johansson-Kjellerød	Bakspiller	Haslum IL
Henrik	Ropstad	Bakspiller	Haslum IL
Marius	Aaserud Norheim	Bakspiller	Haslum IL
Henrik	Steinbø	Målvakt	Haslum IL
Simen	Langseth Syversen	Kantspiller	Haslum IL
Christian	Viken-Slåtten	Målvakt	Jardar
David	Walstad Haugstvedt	Bakspiller, Høyre	Jardar
Jakob	Hagen	Bakspiller, Venstre	Jardar
Odin Thrane	Thrane Helgheim	Bakspiller, Høyre	Jardar
William	Sonerud	Flerposisjon (MB,VK)	Kjelsås
Morten	Holmgren	Bakspiller, Høyre	Kjelsås
Daniel	Padin	Bakspiller, Venstre	Kjelsås
Ferdinand	Steen	Kantspiller, Venstre	Kjelsås
Amandus Holm	Holm	Målvakt	Kjelsås
Sigurd	Linnestad	Bakspiller	Korsvoll
Rasmus Lagmandokk	Astad	Bakspiller	Korsvoll
Andreas Wiesener	Haga	Flerposisjonsspiller	Korsvoll
Scott Flåskjer	Kvisle	Bakspiller	VB/LIL
Mathias	Eik	Bakspiller høyre	VB/LIL
Rasmus	Magnussen	Bakspiller	VB/LIL
Jone Hestnes	Kaald	Linjespiller	VB/LIL
Thomas Nyskog	Bjerke	Linjespiller	ØHIL
Tobias Lunke	Norum	Bakspiller	ØHIL
Mats	Tubaas-Hermansen	Kantspiller	ØHIL
Tobias	Heyerdahl-Larsen	Bakspiller	ØHIL
Kasper	Schaug-Pettersen	Målvakt	ØHIL

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

### **Innkallingene går til klubber som må sørge for at spillere får beskjed.**

Klubbene må påse at spillere i egen klubb har fått beskjed!

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.

### **Bespising**

Alle spillerne må ha med seg matpakke og frukt selv. Det er viktig at alle har med seg dette for å kunne yte bra innsats også på den andre økten!

### **Årsplan for samlinger**

Her er årsplanen for samlingene for dette regionale miljøet;

<b>Samling</b>	<b>Dato og tid</b>	<b>Hall</b>	<b>Tema</b>
Samling 1	26.09.2019 Kl: 20:00-22:00	Ekeberghallen A	<a href="#">Kast og mottak</a>
Samling 2	28.10.2019 Kl: 20:00-22:00	Ekeberghallen A	<a href="#">Skuddteknikker</a>
Samling 3	18.11.2019 Kl: 20:30-22:00	Ekeberghallen A	<a href="#">Individuell forsvarsteknikk</a>
Samling 4	13.12.2019 Kl: 17:30-19:00	Voksenhallen	<a href="#">Finteteknikk</a>
Samling 5	23.01.2020 Kl: 20:00-22:00	Ekeberghallen A	<a href="#">Sperreteknikk</a>
Samling 6	20.03.2020 Kl: 17:30-19:00	Voksenhallen	<a href="#">Duellspill</a>
Samling 7	23.04.2020 Kl: 20:00-22:00	Ekeberghallen A	<a href="#">Overgang og pådragsspill</a>

*Forfall meldes omgående eller senest en dag før samling til:*

Lars Thorstensen [Lars.thorstensen@gmail.com](mailto:Lars.thorstensen@gmail.com) Mob: 92821704  
eller [tom.fokstuen@handball.no](mailto:tom.fokstuen@handball.no)

### **Innrapportering av nye spillere**

Vi er åpne for å vurdere spillere som utvikler seg i løpet av sesongen. Send en mail til [Lars.thorstensen@gmail.com](mailto:Lars.thorstensen@gmail.com) med en video, så vil det bli vurdert om spilleren skal kalles inn.

Strømmen 11.10.2019

Med vennlig hilsen

NHF Region Øst

Tom Fokstuen

Spill og trening

459 06 571

[tom.fokstuen@handball.no](mailto:tom.fokstuen@handball.no)

Lars Thorstensen

(trener)

Marius Auensen

(trener)