

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 Follo

Samling	Dato og tid	Hall	Tema
Samling 3	28.02.2022 Kl: 17:00-18:30	Ekeberghallen	Individuell forsvarsteknikk

Fremmøte 30. min før samling ferdig skiftet.

Følgende spillere innkalles:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Mathias Sebastian	Wettermgreen	Bakspiller, venstre	Bjørndal IF
Mwaffa Mehdi	Barkouki	Bakspiller, høyre	Bjørndal IF
Linus	Lederhilger	Målvakt	Bjørndal IF
Gabriel Thorstensen	Mikarlsen	Flerposisjonsspiller	Bjørndal IF
Nicolai	Wendelbo	Bakspiller, midt	Bækkelaget
Lukas	Solberg	Bakspiller, venstre	Bækkelaget
Jonatan	Nes-Myrhol	Linjespiller	Bækkelaget
Linus Foslund	Niva	Kantspiller, venstre	Bækkelaget
Sofus Nicolai Ladegård	Beck	Bakspiller, midt	Bækkelaget
Johannes	Hartveit	Bakspiller, midt	Langhus IL
Elias Hjulstad	Landre	Bakspiller, venstre	Langhus IL
Benjamin Holm	Åsrud	Bakspiller, venstre	Langhus IL
Olle Bror	Magnusson	Linjespiller	Langhus IL
Ask Aleksander Mathisen	Hougaard	Målvakt	Langhus IL
Siver	Øien	Bakspiller, venstre	Nordby IL
Kristian	Hopland	Bakspiller, venstre	Nordby IL
Marius Brekke	Eide	Bakspiller, midt	Nordby IL
Nikolai	Røst-Larsen	Målvakt	Nordby IL
Even Amundgård	Høegh	Kantspiller, høyre	Nordby IL
Philip André Holm	Lesto	Målvakt	Nordstrand IF
Bastian Kraft	Ophus	Bakspiller, venstre	Nordstrand IF
Theo Normann Grønntun	Asplund	Bakspiller, midt	Nordstrand IF
Gabriel	Kleven	Bakspiller, midt	Nordstrand IF
Paul Arvidsson	Haugvoll	Kantspiller, venstre	Nordstrand IF
Marius Jakobsen	Nordeng	Linjespiller	Nordstrand IF
Kristian Nikolay	Abelsen	Bakspiller, venstre	Ski IL
Fredrik	Hemsen	Linjespiller	Ski IL
Sander Strøm	Tjernshaugen	Bakspiller, venstre	Ski IL
Mikkel Sæteren	Stensrud	Målvakt	Ski IL
Hlini Snær	Birgisson	Kantspiller, høyre	Ski IL

*** Forfall/skadet ** 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!

Alle trenere oppfordres til å møte på samlingen!

Klubbtrener til laget som arrangerer skal:

- ta kontakt med SPU trener i forkant av samling.
- møte SPU trener i hallen samlingsdagen.
- stille med klubbtrener som skal være assistent for SPU-trener under hele økten.
- kontakte SPU-trener noen dager før samling for å være forberedt til selve økten
- stille med utstyr som vester og kjepler/flatmarkører og medisinbag.

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.

Årsplan for samlinger:

Treningene på SPU 14 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 trykke her: [Årsplan G14](#)

Forfall meldes omgående eller senest en dag før samling til:

Frode Nordli frode.nordli@online.no Mob: 91879157
eller tom.fokstuen@handball.no

Strømmen 17.02.2022
Oppdatert 17.02.2022

Med vennlig hilsen
NHF Region Øst
Tom Fokstuen
Spill og trening
459 06 571

tom.fokstuen@handball.no

Frode Nordli

(trener)