

INNKALLING TIL SAMLING FOR SPILLERUTVIKLING NHF REGION ØST

Du er en av de som er plukket ut til å være med på samling i gruppen G14 Oslo for spillere født i 2009

| Samling nr. / arrangør klubb | Dato/Klokkeslett | Hall | Tema |
|----------------------------------|-------------------------------|-----------------|-----------------------------------|
| Samling 6 / Sinsen-Refstad IL | 01.03.2024 Kl. 19:00-20:30 | Teglverkshallen | Økt 6: Linjespill |

Fremmøte 30.min før samling og ferdig skiftet til treningstart.

Følgende lag er med i gruppen G14 Oslo: Bækkelaget - Kolbotn - Linderud IL - Nordstrand IF - Siggerud IL - Sinsen-Refstad IL, Vålerenga og Ski

Innkalling av spillere til denne økten:

| Navn | Etternavn | Spillplass | Klubb |
|-------------------------|------------------|----------------------|-------------------|
| Emre Bøhm | Ottar | Bakspiller, midt | Bækkelaget |
| Adrian | Sørli-Reininger | Kantspiller, venstre | Bækkelaget |
| Andreas | Hagberg | Linjespiller | Bækkelaget |
| Kristoffer | Torkildsby-Reine | Målvakt | Bækkelaget |
| Elliot | Øiestad | Bakspiller | Bækkelaget** |
| Sebastian | Lo | Flerposisjonsspiller | Kolbotn |
| Daniel | Flatgård | Kantspiller, venstre | Kolbotn |
| Samuel | Nystrøm | Bakspiller, venstre | Kolbotn** |
| Håvard | Oord | Målvakt | Kolbotn |
| Marius | Arnesen | Målvakt | Kolbotn |
| Jacob | Nunez | Linjespiller | Kolbotn |
| Daniel By | Tømmeraas | Bakspiller, venstre | Linderud IL |
| Linus | Angelo | Flerposisjonsspiller | Linderud IL |
| Gabriel Marenus Morsund | Tangen | Flerposisjonsspiller | Linderud IL |
| Alex | Kocev | Bakspiller, venstre | Nordstrand IF |
| Olav Østvik | Lilleberg | Bakspiller, venstre | Nordstrand IF |
| Marius Ramsdal | Lindquist | Linjespiller | Nordstrand IF |
| Jasper | Makita | Målvakt | Sinsen-Refstad IL |
| Stefan Kristian | Nikolic | Bakspiller, midt | Sinsen-Refstad IL |
| Adrian | Rosmo | Målvakt | Ski IL |
| Endre | Andreassen | Bakspiller, venstre | Ski IL |
| Ludvig Dehli | Ommundsen | Bakspiller, høyre | Ski IL |
| Noah Lindemark | Askevold | Bakspiller, venstre | Ski IL |
| Oliver | Lien-andersen | Linjespiller | Ski IL |
| Aksel Eknes | Rasmussen | Flerposisjonsspiller | Vålerenga |
| Ask Eie | Næss | Flerposisjonsspiller | Vålerenga |

Ny spiller inn **

Forfall

| Navn | Etternavn | Spillplass | Klubb |
|--------------|-----------------|----------------------|-------------|
| Amani Gloire | Kashale | Bakspiller, venstre | Siggerud IL |
| Iver Næss | Holtbakk | Bakspiller, venstre | Siggerud IL |
| Niclas | Eeg | Kantspiller, venstre | Siggerud IL |
| Petter | Kralik | Flerposisjonsspiller | Linderud IL |
| Johann | Myklebust-Lande | Bakspiller, midt | Kolbotn |
| Christian | Sachweh | Bakspiller, midt | Bækkelaget |

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:

Eventuelle meldinger om skade/sykdom eller forfall til samling skal varsles Nicklas Kongsness Knudsen pr. epost nicklas_knudsen@hotmail.com eller telefon 95284879, husk kopi til regionskontoret ved Tom Fokstuen per epost tom.fokstuen@handball.no. Merk eposten «Forfall SPU G14 Oslo»

Årsplan for samlinger:

Det legges opp til 7 SPU økter i årgangen og treningene på SPU 14 vil foregå på rundgang i de klubbene som er i samme gruppe.

Årsplan (om datoene skal endres må dette meldes ASAP til region):

| Samling nr./arrangørklubb | Dato/Klokkeslett | Hall | Tema |
|-------------------------------|----------------------------|----------------------|---|
| Samling 2 Kolbotn | 20.11.2023 Kl. 17:00-18:30 | Sofiemyrhallen | Økt 2: Skuddteknikk |
| Samling 3 / Linderud IL | 08.12.2023 Kl. 18:00-19:30 | Linderud Idrettshall | Økt 3: Individuell Forsvarsteknikk |
| Samling 4 / Nordstrand IF | 05.01.2024 Kl. 17:30-19:00 | KFUM hallen | Økt 4: Finteteknikk |
| Samling 5 / Siggerud IL | 18.01.2024 Kl. 19:00-20:30 | Siggerudhallen | Økt 5: Individuell forsvarsteknikk - utgruppert |
| Samling 6 / Sinsen-Refstad IL | 01.03.2024 Kl. 19:00-20:30 | Teglverkshallen | Økt 6: Linjespill |
| Samling 7 / Vålerenga | 08.03.2024 Kl. 19:00-20:30 | Jordalhallen | Økt 7: Duellspill |

Strømmen 08.02.2024

Oppdatert 01.03.2024

Med vennlig hilsen

NHF Region Øst
Tom Fokstuen
Spill og trening
Tlf. 45906571
tom.fokstuen@handball.no

Spillerutviklere for dette miljøet
Kommer
Nicklas Kongsness Knudsen