

## 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 Østfold for spillere født i 2009

Samling nr./ arrangør klubb	Dato/Klokkeslett	Hall	Tema
Samling 3 / Kråkerøy IL	04.12.2023 Kl. 19:30-21:00	Blomsterøyhallen	<a href="#">Økt 3: Individuell Forsvarsteknikk</a>

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

**Følgende klubber er med i gruppen G14 Østfold:** HK Herulf - Kråkerøy IL - Skogstrand IL – TEAØS – Tistedal, Vestby HK/DFIL og HK Rygge

### Innkalling av spillere til denne økten:

Navn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Linus	Puck	Bakspiller, venstre	Kråkerøy IL
Henrik	Hansen	Kantspiller, venstre	Kråkerøy IL
Adrian Langvik	Olsen	Målvakt	Kråkerøy IL
Ludvig Leopold Aurang	Ellingsen	Flerposisjonsspiller	Kråkerøy IL
Haakon Johan Brodal	Kølbel	Flerposisjonsspiller	Kråkerøy IL
Emil Fridh	Svendsen	Linjespiller	Skogstrand IL
August	Angeltveit-Baltzersen	Målvakt	Skogstrand IL
Isak Nicolay	Elvegaard	Flerposisjonsspiller	Skogstrand IL
Iver Normann	Tøsse	Flerposisjonsspiller	Skogstrand IL
Henrik	Ingebrigtsen	Bakspiller, midt	Tistedal*
Simon Lindhaugen	Falmark	Flerposisjonsspiller	Tistedal*
Benjamin	Bjerge	Linjespiller	Tistedal
Jonathan Nicolay	Bromander	Bakspiller	HK Herulf
Isak	Skinstad-Jansen	Målvakt	HK Herulf
Adrian Østvold	Celius	Målvakt	HK Rygge
Mats	Bergerud	Kantspiller, venstre	HK Rygge
Stefan Orri	Holgason	Bakspiller	TEAØS*
Magnus Mølle	Strøm	Bakspiller	TEAØS*
Anders Felix	Lundeby	Bakspiller, midt	TEAØS*
Julian André Bekk	Sjøli	Bakspiller, venstre	TEAØS*
Mads Henrik	Mørk	Kantspiller	TEAØS*
Fabian	Lillejord-Lisjak	Linjespiller	Vestby HK/DFIL *
Bastian Nicolaysen	Brendhagen	Målvakt	Vestby HK/DFIL *
Johann	Myklebust-Lande	Bakspiller, midt	Vestby HK/DFIL *
Nikolai Pottersen	Lestøberg	Bakspiller, høyre	Vestby HK/DFIL *

\*Forfall \*\*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 medisnibag.

**Forfall:**

Eventuelle meldinger om skade/sykdom eller forfall til samling skal varsles Dennis Tor-Ivar Halvorsen per epost [dennis\\_halvorsen@live.no](mailto:dennis_halvorsen@live.no) eller telefon 48404192, husk kopi til regionskontoret ved Tom Fokstuen per epost [tom.fokstuen@handball.no](mailto:tom.fokstuen@handball.no). Merk eposten «Forfall SPU G14 Østfold»

**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 / HK Herulf	16.11.2023 Kl. 19:00-20:30	Mosse hallen A	<a href="#">Økt 2: Skuddteknikk</a>
Samling 3 / Kråkerøy IL	04.12.2023 Kl. 19:30-21:00	Blomsterøyhallen	<a href="#">Økt 3: Individuell Forsvarsteknikk</a>
Samling 4 / TEAØS	09.01.2024 Kl. 19:00-20:30	Trøgstadhallen	<a href="#">Økt 4: Finteteknikk</a>
Samling 5 / Tistedal	12.02.2024 Kl. 19:30-21:00	Tistedalshallen	<a href="#">Økt 5: Individuell forsvarsteknikk - utgruppert</a>
Samling 6 / HK Rygge	14.03.2024 Kl. 20:30-22:00	Mossehallen	<a href="#">Økt 6: Linjespill</a>
Samling 7 / Skogstrand IL	09.04.2023 Kl. 19:30-21:00	Kvernushallen	<a href="#">Økt 7: Duellspill</a>

**Strømmen 30.11.2023**  
**Oppdatert 04.12.2023**

Med vennlig hilsen

NHF Region Øst  
Tom Fokstuen  
Spill og trening  
Tlf. 45906571  
[tom.fokstuen@handball.no](mailto:tom.fokstuen@handball.no)

**Spillerutviklere for dette miljøet**  
Dennis Tor-Ivar Halvorsen  
Shpend Istrefi