

## 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 Vest for spillere født i 2009

Samling nr./ arrangør klubb	Dato/Klokkeslett	Hall	Tema
Samling 1 / Asker/GUI	08.11.2023 Kl. 19:00-20:30	Leikvollhallen	<a href="#">Økt 1: Kast og grep</a>

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

**Følgende klubber er med i gruppen G14 Vest:** Asker/GUI, Haslum IL, Kjelsås, Njård, Ullern IF og Vestre Bærum LIL

### Innkalling av spillere til denne økten:

Navn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Siver Kaare Fossum	Beyer	Flerposisjonsspiller	Asker/GUI
Jeppe Jakobsen	Weum	Flerposisjonsspiller	Asker/GUI
<del>Finn Zetlitz</del>	<del>Pay</del>	<del>Bakspiller, midt</del>	<del>Haslum IL*</del>
Felix August Lund	Johansson	Linjespiller	Haslum IL
<del>Simon</del>	<del>Lysnes-Steinbach</del>	<del>Kantspiller, høyre</del>	<del>Haslum IL*</del>
<del>Noah Lundberg</del>	<del>Kjelling</del>	<del>Bakspiller, venstre</del>	<del>Haslum IL*</del>
<del>Jø</del>	<del>Hagen</del>	<del>Bakspiller, venstre</del>	<del>Haslum IL*</del>
<del>Luka Fostervold</del>	<del>Tvedten</del>	<del>Flerposisjonsspiller</del>	<del>Haslum IL*</del>
Håkon	Ustgård-Andersen	Kantspiller, venstre	Haslum IL**
Marius	Selmer	Kantspiller, venstre	Haslum IL**
Edvard Haraldsen	Haukås	Bakspiller	Haslum IL**
Ebbe Carsten	Astrup	Bakspiller, midt	Kjelsås
Jan	Kvalheim	Bakspiller, venstre	Kjelsås
Ask Hafstad	Siqveland	Linjespiller	Kjelsås
Even Ofigsbø	Reistad	Kantspiller, høyre	Kjelsås
Jørgen Vold	Hjelseth	Målvakt	Kjelsås
<del>Mathias</del>	<del>Von Der Lippe</del>	<del>Bakspiller, høyre</del>	<del>Njård*</del>
<del>Arne Eide</del>	<del>Schou</del>	<del>Kantspiller, høyre</del>	<del>Njård*</del>
Peder Gabriel Hammer	Kvarsnes	Flerposisjonsspiller	Njård
Danyal	Shabbir	Målvakt	Njård
Kristoffer Heilemann	Herland	Flerposisjonsspiller	Njård**
Wiktor Tomaz	Nilek	Kantspiller, venstre	Njård**
Vemund Eng	Bjånes	Bakspiller, midt	Ullern /Monolitten
<del>Markus</del>	<del>Øye-Tveite</del>	<del>Flerposisjonsspiller</del>	<del>Ullern /Monolitten*</del>
<del>Mathias</del>	<del>Graver</del>	<del>Kantspiller, venstre</del>	<del>Ullern /Monolitten*</del>
Elias Benjamin Aronsson	Martinho	Målvakt	Ullern /Monolitten
Basile Alexis Marie Matt	Guillaume	Flerposisjonsspiller, høyre	Ullern /Monolitten**
Aksel	Jakobsen	Linjespiller	Vestre Bærum LIL
Kasper	Gundersrud	Flerposisjonsspiller	Vestre Bærum LIL
Kian	Forness	Flerposisjonsspiller	Vestre Bærum LIL
Oliver	Tørmo	Flerposisjonsspiller	Vestre Bærum LIL
Elias	Eriksen	Målvakt	Vestre Bærum LIL

\*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 kjegler/flatmarkører og medisinbag.

**Forfall:**

Eventuelle meldinger om skade/sykdom eller forfall til samling skal varsles Pia Helen Kristensen Moe per epost [pia\\_kris3@hotmail.com](mailto:pia_kris3@hotmail.com) eller telefon 46821892, husk kopi til regionskontoret ved Tom Fokstuen per epost [tom.fokstuen@handball.no](mailto:tom.fokstuen@handball.no). Merk eposten «Forfall SPU G14 Vest»

**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 / Haslum IL	27.11.2023 Kl. 20:30-22:00	Nadderud Arena	<a href="#">Økt 2: Skuddteknikk</a>
Samling 3 / Kjelsås IL	11.12.2023 Kl.19:30-21:00	Rønningen Folkehøgskole	<a href="#">Økt 3: Individuell Forsvarsteknikk</a>
Samling 4 / Njård	04.01.2024 Kl.19:30-21:00	Persbråtenhallen	<a href="#">Økt 4: Finteteknikk</a>
Samling 5 / Ullern IF	18.01.2024 Kl. 20:00-21:30	Skøyenhallen	<a href="#">Økt 5: Individuell forsvarsteknikk - utgruppert</a>
Samling 6 / Vestre Bærum LIL	16.02.2024 Kl.18:00-19:30	Helsethallen	<a href="#">Økt 6: Linjespill</a>
Samling 7 / Asker/GUI	xx.xx.2024 Kl. 19:00-20:30	Leikvollhallen	<a href="#">Økt 7: Duellspill</a>

**Strømmen 23.10.2023**  
**Oppdatert 08.11.2023**

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**  
Knut Eindride Kristensen Moe  
Pia Helen Kristensen Moe