

## 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 3 / Kjelsås IL	11.12.2023 Kl.19:30-21:00	Rønningen Folkehøgskole	<a href="#">Økt 3: Individuell Forsvarsteknikk</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
Noah Lundberg	Kjelling	Bakspiller, venstre	Haslum IL
Finn Zetlitz	Pay	Bakspiller, midt	Haslum IL
Felix August Lund	Johansson	Linjespiller	Haslum IL
Simon Albert	Lysnes-Steinbach	Kantspiller, høyre	Haslum IL
Håkon	Ustgård-Andersen	Kantspiller, venstre	Haslum IL
Adrian Baakind	Gaden	Flerposisjonsspiller	Haslum IL
Henrik	Hagen-Småstu	Bakspiller, venstre	Kjelsås
Henrik Melgaard	Ustaheim	Linjespiller	Kjelsås
Thore Felix	Henriksen	Bakspiller, venstre	Kjelsås
Jørgen Vold	Hjelseth	Målvakt	Kjelsås
Even Ofigsbø	Reistad	Kantspiller, høyre	Kjelsås**
Mathias	Von Der Lippe	Bakspiller, høyre	Njård
Wiktor Tomaz	Nilek	Kantspiller, venstre	Njård
Peder Gabriel Hammer	Kvarsnes	Flerposisjonsspiller	Njård**
Elias Benjamin Aronsson	Martinho	Målvakt	Ullern/Monolitten
Vemund Eng	Bjånes	Bakspiller, midt	Ullern/Monolitten
Henrik Porsmyr	Risebrobakken	Flerposisjonsspiller	Ullern/Monolitten**
Aksel	Jakobsen	Linjespiller	Vestre Bærum LIL
Kasper	Gundersrud	Flerposisjonsspiller	Vestre Bærum LIL
Kian	Forness	Flerposisjonsspiller	Vestre Bærum LIL
Eivind Vartdal	Sund	Kantspiller, venstre	Vestre Bærum LIL**
Elias	Eriksen	Målvakt	Vestre Bærum LIL

**\*\*Ny spiller inn**

### Forfall

Navn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Ole Jacob	Myklebust	Kantspiller, høyre	Kjelsås
Basile Alexis Marie Matt	Guillaume	Flerposisjonsspiller, høyre	Ullern/Monolitten
Mathias	Graver	Kantspiller, venstre	Ullern/Monolitten
Jeppe Jakobsen	Weum	Flerposisjonsspiller	Asker/GUI
Kristoffer Heilemann	Herland	Flerposisjonsspiller	Njård
Oliver	Tørmo	Flerposisjonsspiller	Vestre Bærum LIL

**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 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 05.12.2023**

**Oppdatert 11.12.2023**

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**  
Knut Eindride Kristensen Moe  
Pia Helen Kristensen Moe