

INNKALLING TIL SAMLING FOR SPILLERUTVIKLING NHF REGION ØST GUTTER FØDT 2010 GRUPPE G14-FOLLO

Samling nr./ arrangør klubb	Dato	Klokkeslett	Hall	Tema
Samling 7 / Nordby	28.04.2025	19:30-21:00	Nordbyhallen	Forsvarsteknikker

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.

Innkalling av spillere til denne økten:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Akesl	Tveito	Flerposisjonsspiller (Ks, Bs)	Kjelsås IL
Gjermund	Raaen-Zapffe	Bakspiller	Kjelsås IL
Thorvald	Thorkildsen	Linjespiller	Kjelsås IL
Christian Monrad	Hagen	Målvakt	Kjelsås IL
Jacob	Gether-Gjermundsen	Flerposisjonsspiller (Bs, Linjespiller)	Korsvoll IL
Theodor Avlesen	Løfgren	Bakspiller	Korsvoll IL
Trygve	Seljeftot-Width	Kantspiller, venstre	Korsvoll IL
Conrad Erik	Zetterman	Bakspiller	Korsvoll IL
Casper	Isaksen	Bakspiller, høyre	Oppegård IL
Herman	Frydenlund	Bakspiller	Oppegård IL
Oskar Holtedahl	Bache	Linjespiller	Oppegård IL
Vetle Linnestad	Stokkeland	Linjespiller	Oppegård IL
Christian August Fossen	Vigdal	Bakspiller	Ski IL
Lukas Jensen	Sornchai	Kantspiller, venstre	Ski IL
Øyvind	Figenschou	Linjespiller	Ski IL
Emrian	Brenna-Hansen	Kantspiller, venstre	Nordby IL
William	Hermann	Bakspiller	Nordby IL
Theo	Bordewick	Målvakt	Nordby IL
Kristian	Martinsen	Linjespiller	Drøbak Frogn IL
Mathias	Borge-Hansen	Bakspiller	Drøbak Frogn IL
Tobias	Wiik Østbye	Kantspiller, venstre	Drøbak Frogn IL
Aron Noa	Dale	Målvakt	Drøbak Frogn IL
Daniel Oscar	Torgersen	Bakspiller	Siggerud IL*
Mathias	Wavik	Bakspiller	Siggerud IL*
Oliver	Hammergren kvandal	Målvakt	Siggerud IL
Georg	Lund Håholm	Kantspiller	Siggerud IL**

*Forfall / ** ny utøver inn

Praktisk info

- Ferdig skiftet/ tapet 15 minutter før treningstart
- Spillere som møter til samling skal være frisk, skadefri og restituert fra tidligere skade
- Still i egen klubbdrakt eller klubbttøy på treningene
- Ball og drikke må medbringes
- Fest en tapebit med navnet ditt synlig klistret på drakten din

Forfall

- **Utøver melder forfall snarlig til sin klubbtrener**
- Klubbtrener varsler eventuelle meldinger om forfall samt endringer på innkalling til spillerutvikler per epost med kopi til regionskontoret ved Trine Sneeggen Fors, Trine.sneeggenfors@handball.no senest 3 dager før samling. **Merk eposten «Forfall SPU G14 Follo»**

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 trulle her:

[Spillerutvikling \(SPU\) 14år \(10\)](#)

Strømmen 04.04.2025

Endret 28.04.2025

Med vennlig hilsen

Kjetil Brende Koltveit

Spillerutvikler

Tlf. 90095752;

Epost. koltveitkjetil@gmail.com

Jørn Rune Andersen

Spillerutvikler

Tlf. 92141324;

Epost. jorn.rune.andersen@gmail.com

Trine Sneeggen Fors

NHF Region Øst Spill & Trening

Tlf. 91372361

Trine.sneeggenfors@handball.no