

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

Samling nr./ arrangør klubb	Dato	Klokkeslett	Hall	Tema
Samling 7 / Sinsen-Refstad	10.04.2025	17:00-18:30	Tegelverkshallen	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
Lucas	Konglevoll	Flerposisjons spiller (Kh, Bh)	Bækkelaget SK*
Filip	Heim-Vidalon	Bakspiller	Bækkelaget SK
Oliver	Hauan	Målvakt	Bækkelaget SK*
Mikkel	Gåsemyr	Bakspiller	Bækkelaget SK*
Johannes Zimmer	Stensvold	Bakspiller	Bækkelaget SK
Bilal	Ruzi	Bakspiller	Bøler IF / Oppsal IF*
Leon Myhra	Wiik	Flerposisjons spiller (Kv, Linjespiller)	Bøler IF / Oppsal IF
Ikenna	Chukwu	Målvakt	Bøler IF / Oppsal IF
Stefan	Teodorovic	Bakspiller	Bøler IF / Oppsal IF*
Andreas Laugsand	Nilsen	Flerposisjons spiller (Bs, Linjespiller)	Bøler IF / Oppsal IF
Lars Langvad	Stensløyken	Flerposisjons spiller (Bs, Kv)	Bøler IF / Oppsal IF**
Sindre	Hansen	Målvakt	Linderud/Linje 5 IL**
Martin	Jacobsen Strømme	Flerposisjons spiller (Bs, Kv, Linjespiller)	Linderud/Linje 5 IL**
Johann	Gullaba Vestby	Bakspiller	Linderud/Linje 5 IL
Tobias Vaarnes	Jørgensen	Bakspiller	Linderud/Linje 5 IL**
Hans Olvav	Barsnes	Målvakt	Linderud/Linje 5 IL*
Emil Aasbø	Hytten	Kantspiller, venstre	Linderud/Linje 5 IL*
Isak Ljunggren	Buvik	Flerposisjons spiller (Bh, Kh)	Nordstrand IF*
Sebastian Teigen	Gjerde	Linjespiller	Nordstrand IF
Fredrik	Maurstad	Bakspiller	Nordstrand IF
Fredrik	Lövenborg	Bakspiller	Nordstrand IF
Aleksander	Bautzolt	Linjespiller	Nordstrand IF*
Elias Kjeldsrud	Westgård	Målvakt	Sinsen-Refstad IL
Adrian Blekastad	Hegge	Linjespiller	Sinsen-Refstad IL
Jonas Nordbø	Odiin	Bakspiller	Sinsen-Refstad IL
Emil Larsen	Tollefsrud	Linjespiller	Sinsen-Refstad 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 klubbteøy 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 Oslo»**

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 25.03.2025

Endret 10.04.2025

Med vennlig hilsen

John Beyer

Spillerutvikler

Tlf. 90738498;

Epost. bd.johnb@gmail.com

Helene Bøhler

Spillerutvikler

Tlf. 93679759;

Epost. helenb1802@hotmail.com

Trine Sneeggen Fors

NHF Region Øst Spill & Trening

Tlf. 91372361

Trine.sneeggenfors@handball.no