

INNKALLING TIL SAMLING FOR SPILLERUTVIKLING NHF REGION ØST

Innkalling til SPU samling i gruppen G14 Østfold for spillere født i 2011

Samling nr./ arrangør klubb	Dato/Klokkeslett	Hall	Tema
Samling 1 / Sarpsborg	Onsdag 12.11.25 Kl. 18:30-20:00	Sarpsborghallen Bane A	Duellspill - trykk her

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

Følgende lag er med i gruppen G14 Østfold: HK Eidsberg, HK Herulf, HK Trøgstad 97, Kråkerøy, Lervik, Sarpsborg, Torp IF, Tistedal TIF.

Kvoter og målvakt (+ 1 ekstra utespiller):

Klubb	Ta med antall utespillere per økt	Tar med målvakt på samling
HK Eidsberg	1 utespiller	Har ingen målvakt å sende
HK Herulf	3 + 1 utespillere	Har ikke meldt inn målvakt
HK Trøgstad 97	3 + 1 utespillere	Samling 1-2-3-4-5-6-7
Kråkerøy	2 utespillere	Har ingen målvakt å sende
Lervik	2 + 1 utespillere	Samling 1-2-3-4-5-6-7
Sarpsborg	3 + 1 utespillere	Samling 1-2-3-4-5-6-7
Torp IF	0 utespillere	Samling 1-2-3-4-5-6-7
Tistedal TIF	2 + 1 utespillere	ikke meldt inn målvakt

Innkalling av spillere til denne økten:

Navn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Jonas	Felder	Bakspiller	HK Eidsberg
Trener melder inn spiller			HK Herulf
Trener melder inn spiller			HK Herulf
Trener melder inn spiller			HK Herulf
Trener melder inn spiller			HK Herulf
Trener melder inn spiller			HK Trøgstad 97
Trener melder inn spiller			HK Trøgstad 97
Trener melder inn spiller			HK Trøgstad 97
Trener melder inn spiller			HK Trøgstad 97
Benediktas	Lukosius	Målvakt	HK Trøgstad 97
Liam Landsverk	Norsted	Kantspiller, venstre	Kråkerøy IL
Martin	Gottfredsen	Bakspiller	Kråkerøy IL
Trener melder inn spiller			Lervik
Trener melder inn spiller			Lervik
Trener melder inn spiller			Lervik
Kasper Bossum	Sørensen	Målvakt	Lervik IF
Trener melder inn spiller			Sarpsborg
Trener melder inn spiller			Sarpsborg
Trener melder inn spiller			Sarpsborg
Trener melder inn spiller			Sarpsborg
Anker	Holm	Målvakt	Sarpsborg

(forsetter neste side)

Navn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Mattis	Dahl-Larsen	Målvakt	Torp IF
Trener melder inn spiller			Tistedal TIF
Trener melder inn spiller			Tistedal TIF
Trener melder inn spiller			Tistedal TIF

***Forfall / **Ny spiller inn**

Årsplan for samlinger:

Samling nr./arrangørklubb	Dato/Klokkeslett	Hall	Tema
Samling 2 / Kommer	Kommer	Kommer	Duellspill - trykk her
Samling 3 / Kommer	Kommer	Kommer	Skudd - trykk her
Samling 4 / Kommer	Kommer	Kommer	Skudd - trykk her
Samling 5 / Kommer	Kommer	Kommer	Valg - trykk her
Samling 6 / Kommer	Kommer	Kommer	Valg - trykk her
Samling 7 / Kommer	Kommer	Kommer	Forsvarsteknikker - trykk her

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 Dennis Tor-Ivar Halvorsen per epost dennis_halvorsen@live.no eller telefon 48404192, husk kopi til regionskontoret ved Tom Fokstuen per epost tom.fokstuen@handball.no. Merk eposten «Forfall SPU G14 Østfold»

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 trykke her:

[Spillerutvikling \(SPU\) 14år](#)

Strømmen 27.10.2025

Oppdatert 27.10.2025

Med vennlig hilsen

NHF Region Øst
Tom Fokstuen
Spill og trening
Tlf. 45906571
tom.fokstuen@handball.no

Spillerutviklere for dette miljøet
Dennis Tor-Ivar Halvorsen
Shpend Istrefi