

## **INNKALLING TIL SAMLING FOR SPILLERUTVIKLING NHF REGION ØST.**

Du er en av de som er plukket ut til å være med på samling i G15 treningsgruppe 1.

**Samlingen avholdes:**

|           |                      |                 |                             |
|-----------|----------------------|-----------------|-----------------------------|
| Samling 4 | 12.03 kl 20.00-22.00 | Ekeberghallen B | Individuell forsvarsteknikk |
|-----------|----------------------|-----------------|-----------------------------|

Fremmøte 15. min før samling ferdig skiftet.

**Følgende spillere innkalles:**

**Husk å ta med egen ball, klubbdrakt og drikkeflaske.**

**Alle trenere oppfordres til å møte på samlingen!**

| Fornavn                  | Etternavn      | Posisjon             | Klubbnavn spiller |
|--------------------------|----------------|----------------------|-------------------|
| Even Stuberg             | Aasgaard       | Bakspiller           | Ull/Kisa          |
| Oskar August             | Brekke         | Bakspiller           | VBHK              |
| Aleksander               | Flingtorp      | Bakspiller           | Gjerdrum          |
| Peter Vikdal             | Jensen         | Bakspiller           | BMIL              |
| Jens Christian           | Krogh          | Bakspiller           | Vestby            |
| Jonas                    | Nikolaisen     | Bakspiller           | Sarpsborg         |
| Jacob Jensen             | Rodahl         | Bakspiller           | Haslum            |
| Eivind                   | Skaugset       | Bakspiller           | Frogner           |
| Joachim                  | Strandquist    | Bakspiller           | Frogner           |
| Erik Alexsander Valerius | Svendsen       | Bakspiller           | Haslum            |
| Oskar Steig              | Vandeskog      | Bakspiller           | Vålerenga         |
| Lars Oskar               | Kaaterud       | Bakspiller           | Sarpsborg         |
| Stian Solberg            | Nesje          | Bakspiller           | Nordstrand        |
| Viktor Seljevold         | Fladmoe        | Bakspiller, høyre    | DFIL              |
| Sondre Romestrand        | Halvorsen      | Bakspiller, midt     | SKI               |
| Simen                    | Morseth Hansen | Flerposisjonsspiller | Frogner           |
| Kristian                 | Sørensen       | Kantspiller, høyre   | Vestby            |
| Mads Presterud           | Ødegård        | Kantspiller, høyre   | Fjellhammer       |
| Philip                   | Busch          | Kantspiller, venstre | DFIL              |
| Kristoffer               | Rækken         | Kantspiller, venstre | DFIL              |
| Benjamin                 | Holm Langø     | Linjespiller         | Nordstrand        |
| Kristian                 | Kalleberg      | Linjespiller         | Frogner           |
| Christoffer Skogtvedt    | Røed           | Linjespiller         | Bækkelaget        |
| Philip                   | Skjerve Slette | Linjespiller         | Haslum            |
| Marius                   | Vie            | Målvakt              | Fjellhammer       |
| Jonas                    | Snipen         | Målvakt              | Vestli            |
| Oskar                    | Sørensen       | Målvakt              | Bjørndal          |
| August                   | Gøbel          | Målvakt              | Nordstrand        |

Innkallingene går til klubber som må sørge for at spillere får beskjed.

*Innkallinger for SPU G15 finner dere her: [Innkallinger SPU G15-1](#)*

Selv om det er satt opp en halvårsplan med samlinger, er det ikke gitt at alle spillere som er innkalt på sist samling– er med på neste samling. Det sendes ut ny innkalling min. 3 uker før samling.

*Øvelser til samling 4 finner dere her: [Individuell forsvarsteknikk](#)*

### Halvårsplan for samlinger

Her er halvårsplanen for samlingene for dette spu miljøet;

| Samling   | Dato og tid           | Hall            | Tema                        |
|-----------|-----------------------|-----------------|-----------------------------|
| Samling 1 | 16.10 kl: 18.00-20.00 | Ekeberghallen B | Skuddteknikker              |
| Samling 2 | 06.11 kl 20.00-22.00  | Ekeberghallen B | Finteteknikk                |
| Samling 3 | 12.02 kl: 18.00-20.00 | Ekeberghallen B | Overgang og pådragsspill    |
| Samling 4 | 12.03 kl 20.00-22.00  | Ekeberghallen B | Individuell forsvarsteknikk |

### Forfall til samling

*Spillere som ikke kan delta for fullt skal melde forfall omgående eller senest en dag før samling til*

[bent.melleberg@handball.no](mailto:bent.melleberg@handball.no) mob; 91246659 eller [tom.fokstuen@handball.no](mailto:tom.fokstuen@handball.no)

### Innrapportering av nye spillere

Regionen er åpne for å vurdere spillere som utvikler seg i løpet av sesongen.

Innmelding av spillere skal komme i fra klubb (ikke trenere/foreldre) og gjøres via denne linken: [Innmelding av spillere til SPU](#)

Så vil Regionen vurdere om spilleren skal kalles inn.

Strømmen 06.03.2018

Med vennlig hilsen  
NHF Region Øst

Tom Fokstuen  
Spill og trening  
459 06 571  
[tom.fokstuen@handball.no](mailto:tom.fokstuen@handball.no)

Bent Melleberg (trener)  
Jørn Rune Andersen (trener)