

## **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 2.

Samlingen avholdes:

Samling 5	02.05 kl 20.00-22.00	Ekeberghallen A	Sperreteknikk
-----------	----------------------	-----------------	---------------

Fremmøte 30. 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!**

<b>Fornavn</b>	<b>Etternavn</b>	<b>Posisjon</b>	<b>Klubbnavn spiller</b>
Julius	Bjerkrheim	Bakspiller	Bækkelaget
Nikolai Stabenfeldt	Falao	Bakspiller, Høyre	Bækkelaget
Felix Hugo Seres	Jesting	Bakspiller, midt	Bækkelaget
Edvard Søderstrøm	Johnsen	Flerposisjonsspiller	Bækkelaget
Keven	Pedersen	Flerposisjonsspiller	EIF
Mads	Granås	Bakspiller	Fet
Elias	Buvik	Bakspiller	Fjellhammer IL
Kristofer	Magnusson	Bakspiller	Fjellhammer IL
Eskil	Aune	Linjespiller	Fjellhammer IL
Oskar	Öman	Linjespiller	Fjellhammer IL
Luis	Berglund	Målvakt	Fjellhammer IL
Lars	Aune	Bakspiller	Fjellhammer IL
Leon	Engholm	Bakspiller	Fjellhammer IL
Emil	Strengelsrud	Bakspiller	Frogner IL
Ken Aron	Gruner	Bakspiller	Frogner IL
Sebastian	Buttler	Bakspiller	Frogner IL
Lucas	Andersen	Målvakt	Frogner IL
Fabian	Rodvang	kantspiller, høyre	Frogner IL
Herman Grønhaug	Sørensen	Bakspiller	Kjelsås IL
Jonas	Våge	Kantspiller, Høyre	Kjelsås IL
Birk	Falck-Paulsen	Målvakt	Kjelsås IL
Mikkel	Vestli	Linjespiller	Kolbotn IL
Sander	Ly	Bakspiller	Kolbotn IL
Theodor	Hepsø	Linjespiller	Langhus
Emil Bekkholt	Jakobsson	Flerposisjonsspiller	Vålerenga-Oslo S

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

**Innkallinger for SPU G15 finner dere her: [Innkallinger SPU G15-2](#)**

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. Innkallinger publiseres på Region Øst sin hjemmeside ca. 14 dager før økten

**Øvelser til samling 5 finner dere her: [Sperreteknikk](#)**

### Halvårsplan for samlinger

Her er halvårsplanen for samlingene for dette spu miljøet;

Samling	Dato og tid	Hall	Tema
Samling 1	18.10 kl: 20:00-22:00	Ekeberghallen A	Skuddteknikker
Samling 2	06.12 kl 20.00-22.00	Ekeberghallen A	Finteteknikk
Samling 3	24.01 kl: 20.00-22.00	Ekeberghallen A	Overgang og pådragsspill
Samling 4	28.02 kl 20.00-22.00	Ekeberghallen A	Individuell forsvarsteknikk
Samling 5	02.05 kl 20.00-22.00	Ekeberghallen A	Sperreteknikk
Samling 6	Kommer	Kommer	Duellspill

### Forfall til samling

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

[alexanderlinlokken.pettersen@handball.no](mailto:alexanderlinlokken.pettersen@handball.no) mob; 90532836 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 30.04.2019

Med vennlig hilsen  
NHF Region Øst

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

Alexander Linløkken Pettersen (trener)  
Mats Julius Haakenstad (trener)