

## **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 3.

Samlingen avholdes:

Samling 4	07.03 kl 20.00-22.00	Ekeberghallen A	Individuell forsvarsteknikk
-----------	----------------------	-----------------	-----------------------------

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>
Sjur Alexander	Heisholt	Bakspiller	GFHK
Andreas Levita	Andersen	Bakspiller	GFHK
Lars Christian	Alfredsen	Bakspiller, Høyre	GFHK
Petter Lysaker	Vikeby	Bakspiller	HK Eidsberg
Philip	Barø	Bakspiller	HK Eidsberg
Jakob	Torp	Flerposisjonsspiller	HK Eidsberg
Sander	Julien	Kantspiller	HK Eidsberg
Henrik	Langstøyl	Kantspiller, Venstre	HK Eidsberg
Mads Lysaker	Weiby	Målvakt	HK Eidsberg
Filip	Sagen	Bakspiller	Langhus
Joakim Junge	Beck-Hanssen	Bakspiller	Langhus
Kai	Bekkali	Bakspiller, midt	Langhus
Kapser Junge	Beck-Hanssen	Bakspiller	Langhus
Oliver	Steen	Linjespiller	Langhus
Adrian Skrbic	Kristiansen	Bakspiller	Romsås
Fredrik	Eikrem	Bakspiller	Rygge
Jørgen	Brogård	Flerposisjonsspiller	Rygge
Håkon	Aanrud	Linjespiller	Rygge
Thor-Andre	Bredesen-Tegneby	Linjespiller	Rygge
Daniel	Måleng	Bakspiller	Rygge
Eirik Markhus	Rodal	Kantspiller, Venstre	Ski IL
Sindre	Ravik	Kantspiller, Høyre	Ski IL
Magnus	Hebnes	Kantspiller, Høyre	Ski IL
Jonas	Korvann	Målvakt	Ski IL
Gustav Brevik	Olsen	Linjespiller	Ski IL
Petter	Bjørgengen	Bakspiller	Tistedalen TIF
Sebastian	Hauglid	Målvakt	Vestby/Ås

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

*Innkallinger for SPU G15 finner dere her: [Innkallinger SPU G15-3](#)*

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 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	01.11 kl: 20:00-22:00	Ekeberghallen A	Skuddteknikker
Samling 2	29.11 kl 20.00-22.00	Ekeberghallen A	Finteteknikk
Samling 3	10.01 kl: 20.00-22.00	Ekeberghallen A	Øvergang og pådragsspill
Samling 4	07.03 kl 20.00-22.00	Ekeberghallen A	Individuell forsvarsteknikk
Samling 5	09.04 kl 20.00-22.00	Ekeberghallen A	Sperreteknikk
Samling 6	07.05 kl 20.00-22.00	Ekeberghallen A	Duellspill

### Forfall til samling

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

[Kristoffer.jakobsen@dnbeiendom.no](mailto:Kristoffer.jakobsen@dnbeiendom.no) mob; 92266686 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 28.02.2019

Med vennlig hilsen  
NHF Region Øst

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

Kenneth Andersen (trener)  
Kristoffer Jakobsen (trener)