

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	14.03 kl 20.00-22.00	Stil Arena	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!

Fornavn	Etternavn	Posisjon	Klubbnavn spiller
Magnus	Flo Lenz	Bakspiller	Asker
Felix	Molaug	Bakspiller	Haslum IL
Noah	Nikolaisen	Bakspiller	Haslum IL
Adam Solhaug	Laska	Bakspiller	Nordstrand
Nicolai Huuse	Vaagen	Bakspiller	Nordstrand
Fredrik Torød	Skeie	Bakspiller	Vålerenga-Oslo S
Mats	Haugen	Bakspiller, Høyre	Nordstrand
Edvard	Ellingsen	Målvakt	Haslum IL
Torje	Farestad Spakrud	Bakspiller, Venstre	Haslum IL
Martin	Viken	Kantspiller	Nannestad IL
Jørgen	Schønberg-Grevbo	Flerposisjonsspiller	Haslum IL
Hans Skirstad	Bjørkum	Flerposisjonsspiller	Haslum IL
Theodor Aleksander	Lund Johansson	Flerposisjonsspiller	Haslum IL
Tobias Kraft	Ophus	Flerposisjonsspiller	Nordstrand
Ola	Grandetrø	Kantspiller, Venstre	Ull/Kisa
Matias	Skjerven	Kantspiller, Venstre	Asker
Kaper	Thorn	Linjespiller	Haslum IL
Marius Skaug	Skjelbred	Målvakt	Asker
Ludvik	Henriksen	Målvakt	Vålerenga-Oslo S
Simen Vatne	Andersen	Bakspiller	VBHK
Gabriel	Kraft	Bakspiller, midt	VBHK
Anton August	Molle	Flerposisjonsspiller	VBHK
Theodor	Grøndahl	Kantspiller, Venstre	VBHK
Sigurd Wikdahl	Schønfelder	Linjespiller	VBHK
Sean Settevik	Molde	Bakspiller, Høyre	VBHK
Sigurd	Berg	Kantspiller, Venstre	VBHK

Innkallingene går til klubber som må sørge for at spillere og trener 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. 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	06.11 kl: 20:00-22:00	Ekeberghallen A	Skuddteknikker
Samling 2	04.12 kl 20.00-22.00	Ekeberghallen A	Finteteknikk
Samling 3	22.01 kl: 20.00-22.00	Ekeberghallen A	Overgang og pådragsspill
Samling 4	14.03 kl 20.00-22.00	Stil Arena	Individuell forsvarsteknikk
Samling 5	26.03 kl 20.00-22.00	Ekeberghallen A	Sperreteknikk
Samling 6	09.05 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

mjuuh@online.no mob; 91312626 eller 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 13.03.2019

Med vennlig hilsen
NHF Region Øst

Tom Fokstuen
Spill og trening
459 06 571
tom.fokstuen@handball.no

Marianne Juuhl (trener)
Pia Kristensen Moe (trener)