

INNKALLING TIL SPILLERUTVIKLING FOR G15 GRUPPE 1 FØDT 2010

Du er en av de som er plukket ut til å være med på spillerutvikling for G15-1.

Samlingene avholdes i:

Samling	Tema	Dato	Hall	Tid	Trenere
Økt 6	Valg og vurdering	19.01.2026	Ekeberghallen A	20.30-22.00	Bjørn Bystrøm Dag Morten S. Taranger

Innkalling av spillere til denne samlingen:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Mathias	Borge-Hansen	Bakspiller	Drøbak-Frogn IL
Simon Nikolai Kolflaath	Glatved	Bakspiller	Nordstrand IF
Filip	Heim-Vidalon	Bakspiller	Bækkelagets SK **
Jonas Nordbø	Odiin	Bakspiller	Sinsen-Refstad IL
Casper Tveten	Isaksen	Bakspiller, høyre	Oppegård IL
Oskar August	Eilertsen	Bakspiller, høyre	Torp IF
Jakob Strand	Mylus	Bakspiller	Haslum IL
Lucas Konglevoll	Sundt	Flerposisjonsspiller, høyre	Bækkelagets SK
Jacob Fjørtoft	Hegland	Kantspiller, høyre	Fjellhammer IL
Theodor	Moum	Kantspiller, høyre	Torp IF
Eirik	Haug-Fjellstad	Kantspiller, venstre	Tistedalen TIF
Ola Spenning	Dahlback	Kantspiller, venstre	Kråkerøy IL
Dennis Emilian	Bredesen	Kantspiller, venstre?	Askim IF
Vetle Linnestad	Stokkeland	Linjespiller	Oppegård IL
Karl Emil Skjennum	Lisle	Linjespiller	Fjellhammer IL
Sondre	Berge	Linjespiller	Fjellhammer IL **
Oscar Christian	Kokkim	Linjespiller	Bækkelagets SK
Ludvig Marinius	Welhaven	Målvakt	Haslum IL
Linus Engebakken	Schou	Målvakt	Bækkelagets SK
Cedric	Chan-Gully	Målvakt	Lillestrøm HK
Emil Grimeland	Østby	Målvakt	Nordstrand IF

Forfall/Ny spiller inn **

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Marius	Samuelsen	Linjespiller	Kråkerøy IL
Isak Ljunggren	Buvik	Flerposisjonsspiller, høyre	Nordstrand IF
Tobias	Haug	Bakspiller, venstre	Lillestrøm HK

På disse samlingene ønsker vi å skape gode forutsetninger for spilleren i utvikling, men vi forventer at spilleren selv utnytter og utfyller de rammene lagt av trenerne på samlingen. Vi forventer ikke ferdige håndballspillere, men vi forventer engasjement og utviklingsparate utøvere som ønsker å arbeide godt for å nå målene sine og videreutvikle seg i sitt miljø.

Praktisk informasjon om samlingen

- Spillere får én halløkt, ledet av våre spillerutviklere.
- Møt opp ferdig skiftet.
- Alle spillere skal være 100 % skadefrie og uten sykdomssymptomer.

Husk å ta med:

- Ball
- Drikkeflaske
- Matpakke, frukt og drikke til bespising

Foresatte og klubbtrenerne kan følge økten fra tribunen.

Forfall:

- Er du for tiden skadet skal du melde forfall til Bjørn Bystrøm på mobil: 90753655 eller epost: b_bystrom@hotmail.com

Eventuelle melding om skade/sykdom varsles Tom Fokstuen pr epost tom.fokstuen@handball.no. Merk eposten «forfall Treningssamling G15-1»

Aktivitetsplan 2025/26

Samlingsdato	Tid	Hall	Tema
13.10.2025	19.00-20.30	Ekeberghallen	Skudd
24.11.2025	20.30-22.00	Ekeberghallen	Forvarsteknikker
15.12.2025	19.00-20.30	Ekeberghallen	Duellspill
10.01.2026	12:45-16:00	Vestby Arena	Regional Bylagscup
19.01.2026	20.30-22.00	Ekeberghallen	Valg og vurdering

Strømmen 13.01.2026

Oppdatert 19.01.2026

Med vennlig hilsen

NHF Region Øst
Tom Fokstuen
Spill og trening
Tlf. 459 06 571
tom.fokstuen@handball.no

Bjørn Bystrøm (Trener)
Dag Morten Solberg Taranger (Trener)