

INNKALLING TIL SPILLERUTVIKLING FOR G15 GRUPPE 2 FØDT 2010

Du er en av de som er plukket ut til å være med på spillerutvikling for G15-2.

Samlingene avholdes i:

Samling	Tema	Dato	Hall	Tid	Trenere
Økt 3	Skudd	13.10.2025	Ekeberghallen A	20.30-22.00	Simon Nyløkken Knut Bjelbøle Bakken

Innkalling av spillere til denne samlingen:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Andreas Laugsand	Nilsen	Bakspiller	Oppsal IF
Kasander Bergli	Jauert	Bakspiller	Torp IF
Herman Bakker	Plahte	Bakspiller	Lommedalen IL
Erik Hjeljord	Frømyhr	Bakspiller	Oppegård IL
Leon	Kjus	Bakspiller	Oppegård IL
Casper	Hermansen	Bakspiller, venstre	Bækkelagets SK
Sverre Rivrud	Nansen	Bakspiller, venstre	Kjelsås IL
Casper William	Ferrington	Bakspiller, venstre	Njård
Herman Grinden	Solheim	Bakspiller, venstre	Oppegård IL
Eirik Bjørge	Strand	Flerposisjonsspiller	Kråkerøy IL
Axel	Keim-Kvalsund	Kantspiller, høyre	Haslum IL
Dennis Emilian	Bredesen	Kantspiller, venstre	Askim IF
Daniel	Berge	Kantspiller, venstre	Gjerdrum IL
Emil	Engelien-Myrstad	Kantspiller, venstre	Oppegård IL
William A. Tørhaug	Olsen	Kantspiller, venstre	Askim IF
Peter Unako	Jakobsen	Kantspiller, venstre	Ullern IF
Kristoffer Holmquist	Karlsen	Linjespiller	Haslum IL
Vetle Linnestad	Stokkeland	Linjespiller	Oppegård IL
Casper	Gulliksen	Linjespiller	Haslum IL
Nathaniel Linderud	Jansen	Målvakt	Kråkerøy IL
Oliver Alexander	Rønneberg-Sanengen	Målvakt	Torp IF
Eirik Fredsvik	Lundamo	Målvakt	Oppegård IL
Cedric	Chan-Gully	Målvakt	Lillestrøm HK

Forfall

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Sverre Rivrud	Nansen	Bakspiller, venstre	Kjelsås IL
Herman	Frydenlund	Bakspiller, venstre	Oppegård IL
Isak Ljunggren	Buvik	Flerposisjonsspiller, høyre	Nordstrand IF

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 Simon Nyløkken på mobil: 47713377 eller epost: simon.nyløkken@hotmail.no

Eventuelle melding om skade/sykdom varsles Tom Fokstuen pr epost tom.fokstuen@handball.no. Merk eposten «forfall Treningssamling G15-2»

Aktivitetsplan 2025/26

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

Strømmen 29.09.2025

Oppdatert 13.10.2025

Med vennlig hilsen

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

Simon Nyløkken (Trener)
Knut Bjelbøle Bakken (Trener)