Norges Håndballforbund
Region Øst

## INNKALLING TIL SPILLERUTVIKLING FOR G15 GRUPPE 2 FØDT 2011

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 4 | Forvarsteknikker | 16.11.2026 | Ekeberghallen A | 19:00-20:30 | Simon Nyløkken<br>Knut Bjelbøle Bakken |

**Innkalling av spillere til denne samlingen:**

| Fornavn | Etternavn | Spillplass | Klubb |
|---|---|---|---|
| Alvar Høiseth | Hole | Bakspiller | Fjellhammer IL |
| Markus Henschien | Ruzzin | Bakspiller | Haslum IL |
| Martin | Solberg | Bakspiller | Haslum IL |
| Isak Hovda | Helland | Bakspiller | Kjelsås IL |
| Frans Helmer | Astrup | Bakspiller | Korsvoll IL |
| Ludvig Svensson | Olaussen | Bakspiller | Linderud IL |
| Ingar | Torgersen | Bakspiller | Linderud IL |
| Julian | Kihlman | Bakspiller | Oppegård IL |
| Victor | Gleditsch | Bakspiller | Sarpsborg IL |
| Maximillian | Depuis | Bakspiller | Ski IL |
| Elias | Mellegård | Bakspiller | Ski IL |
| Olav Fredrik | Lorentzen | Bakspiller | Tistedalen TIF |
| Liam August | Hovdsveen-Halvorsen | Bakspiller | Ski IL |
| Theodor Söder | Vegge | Bakspiller, høyre | Nordby IL |
| Morris | Sannes-Moe | Bakspiller, høyre | Nordstrand IF |
| Petter Espseth | Aasnæs | Flerposisjonsspiller, høyre | Korsvoll IL |
| Mio | Surland-Fjær | Flerposisjonsspiller, høyre | Ski IL |
| Gaute Hermansen | Jordhøy | Kantspiller, venstre | Korsvoll IL |
| Christian | Aaby-Sættem | Kantspiller, venstre | Asker SK |
| Sverre William Østereng | Krey | Kantspiller, venstre | Ski IL |
| Erlend August Mediaa | Aune | Linjespiller | Haslum IL |
| Lars Sylfest Forberg | Holm | Linjespiller | Kjelsås IL |
| Magnus Støyle | Lein | Linjespiller | Lillestrøm HK |
| Eimantas | Erlickis | Linjespiller | Hk Herulf |
| Alexander Weise | Håland | Målvakt | Haslum IL |
| Benediktas | Lukosius | Målvakt | Ski IL |
| Henrik Grepp | Sivertsen | Målvakt | Vålerenga |
| Albert Andreas Pax Ruppert | Aasland | Målvakt | Kjelsås IL** |

**Forfall / Ny inn****

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.

Norges Håndballforbund
Region Øst
Strømsveien 80
2010 Strømmen

+47 66 94 16 53
nhf.ron@handball.no |

Org.nr.: 986 793 283MVA

posten Gjensidige REMA 1000

**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 klubbtrenere kan følge økten fra tribunen.**

**Forfall:**

- Er du for tiden skadet skal du melde forfall til Simon Nyløkken på mobil: 47713377 eller epost: simon.nylokken@hotmail.no

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

**Aktivitetsplan 2026/27**

| Samlingsdato | Tid | Hall | Tema |
|---|---|---|---|
| 22.10.2026 | 19:30-21:00 | Ekeberghallen A | Skudd |
| 16.11.2026 | 19:00-20:30 | Ekeberghallen A | Forvarsteknikker |
| 14.12.2026 | 20:30-22:00 | Ekeberghallen A | Duellspill |
| 11.01.2027 | 19:00-20:30 | Ekeberghallen A | Valg og vurdering |
| 16.01.2027 | 08:00-18:00 | Vestby Arena | Regional Bylagscup |

**Strømmen 29.10.2026**
**Oppdatert 30.10.2026**

Med vennlig hilsen

NHF Region Øst
Tom Fokstuen
Utviklingsavdelingen
Tlf. 459 06 571
tom.fokstuen@handball.no

Simon Nyløkken (Trener)
Knut Bjelbøle Bakken (Trener)