



Norges
Håndballforbund
Region Vest

SPILLERUTVIKLING REGION VEST

SESONGEN 2023/2024

Fair Play • Begeistring
Innsatsvilje • Respekt

INNHold

Forord	3
Målsetting spillerutvikling	4
Spillerutviklingsmodellen	5
Spillerutvikling 12 år – født 2011	6
Samlingsoversikt SPU 12 år	7
Spillerutvikling 13 år – født 2010	9
Oversikt sonemiljøer J&G 13 år	11
Samlingsoversikt sonesamlinger 13 år	14
Spillerutvikling 14 år – født 2009	18
Oversikt sonemiljøer J&G 14 år	20
Samlingsoversikt sonesamlinger 14 år	23
Spillerutvikling 15 år – født 2008	27
Oversikt sonemiljøer J&G 15 år	29
Samlingsoversikt sonesamlinger 15 år	32
Samlingsoversikt Bylagssamlinger 15 år	35
Temasamlinger	36
SPU målvakt	37
Samlingsoversikt SPU målvakt	38
Landsdelssamling 17 år – født 2006	39
Regionale Landslagsmiljø	40
Regionalt Utviklingsmiljø	41



FORORD

Spillerutvikling i Region Vest, et viktig supplement til klubbens trening.

Når vi nå står foran en ny håndballsesong, er det gledelig å kunne presentere spillerutviklingstilbudet for utøvere født 2011 til og med 2006. Spillerutviklingstilbudet i Region Vest er et viktig supplement til treningen med utøvernes klubblag. Vi har gjort en rekke endringer for å i enda større grad gi et tilbud til flest mulig. Spillerutviklingstilbudet har til hensikt å gi nye impulser både til utøvere og trenere i Regionen vår. Det å være på samlinger sammen med andre spillere og trenere håper vi gir nye impulser, vennskap og mulighet for å lære av hverandre.

For å tilby en så omfattende spillerutvikling som vi nå gjør er vi helt avhengig av et godt samarbeid med både klubber og trenere. Vi trenger deres hjelp for å få all denne aktiviteten gjennomført på en god måte for de mange hundre spillerne som igjennom samlinger vil få et positivt tilskudd til aktiviteten med eget lag. Hjelp oss underveis, slik at aktiviteten blir best mulig for deres utøvere.

Det ønskes lykke til med kommende sesong.

Sportslig hilsen Johan Johnsson & Ulrik Risberg
Utviklingsavdelingen Region Vest.



Johan Johnsson
Spillerutvikling og rekruttering



Ulrik Risberg
Spillerutvikling

MÅLSETTINGER SPILLERUTVIKLING

HOVEDMÅL

Hovedmålsettingen for alle regionens spillerutviklingstiltak er:

Flest mulig, lengst mulig, best mulig!

MÅLSETTING SPILLERUTVIKLING LOKALT NIVÅ

Sikre at flest mulig fortsette med håndball, og bidra til å motvirke frafallet i håndballen. Gi flest mulig utøvere inspirasjon og motivasjon til å fortsette med håndballen. Forsøke å gi flest mulig utøvere et mestringsorientert utviklingsmiljø med fokus på håndballglede og individuell utvikling.

MÅLSETTING SPILLERUTVIKLING REGIONALT NIVÅ

Sikre at utøvere med det største utviklingspotensialet og utøvere som er kommet lengst i sin utvikling får delta i et godt og faglig utviklingsmiljø. Regionen ønsker videre å legge til rette for at flest mulig utøvere og klubber er ivaretatt gjennom regionens spillerutviklingstilbud. Regionens oppgave er både å stimulere utøvere som er kommet lengst i sin utvikling, samt legge til rette for utøvere som i et langsiktig perspektiv kan nå nasjonalt nivå.

MÅLSETTING SPILLERUTVIKLING NASJONALT NIVÅ

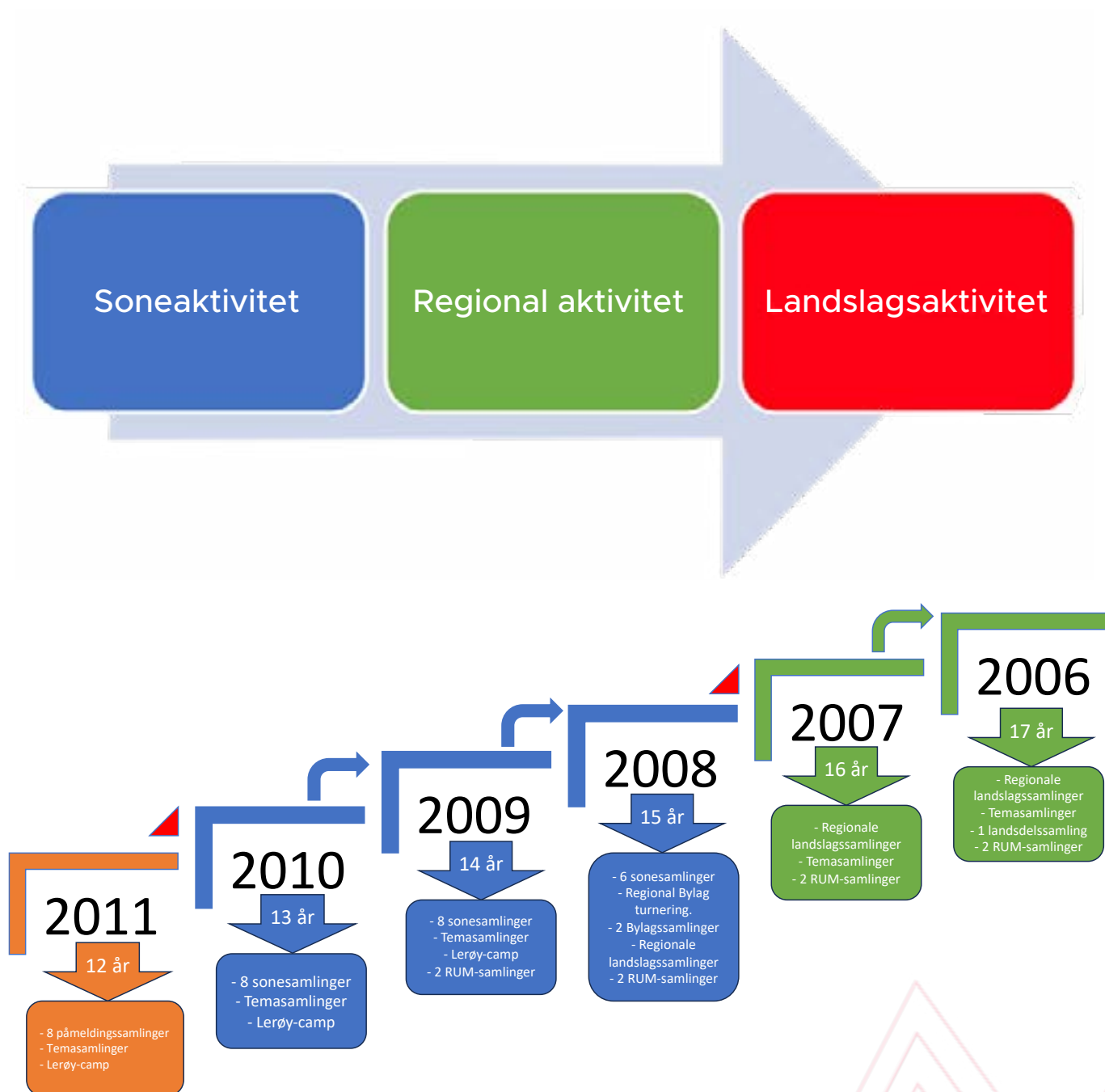
A: Finne og velge håndballtalenter som har utviklingspotensial i langsiktig perspektiv (gjennom aldersgruppene og på seniorlag)

B: Innenfor pkt. A skape best mulig utviklingsmiljø helhetlig sett, og ut fra det kvalifisere til internasjonale mesterskap for der å delta på likefot med de beste.

Målsettinger for spillerutvikling finner du enten via [linken](#) eller QR-koden:



SPILLERUTVIKLINGS- MODELLEN



SPILLERUTVIKLING 12 ÅR

Født 2011

BESKRIVELSE AV TILTAKET:

Spillerutvikling 12 år (SPU 12) er et breddetilbud for ivrige jenter og gutter født 2011 som har lyst til å trene litt ekstra i tillegg til sine egne klubbtreninger. Målet med dette tiltaket er å skape gode treningsøkter med fokus på mestringsfølelse, individuell teknikk, samtidig som det skal være en gøy, lærerik og positiv opplevelse. Her vil spillerne få trene med spillere fra andre klubber samt få instruksjon og veiledning av trenere de ikke ellers har til dagen.

FOR HVEM ER TILTAKET:

Tiltaket er for alle regionens jenter og gutter født 2011, som ønsker å trene ekstra i tillegg til ordinær klubbtagstrening. Vi oppfordrer spesielt at utøvere som oppfyller ett, eller flere av følgende punkter til å melde seg på:

- Er ekstra treningsvillige (gode holdninger til trening og viser «stå-på-vilje»)
- Viser spilleforståelse
- Har spennende fysiske forutsetninger (eks. høyde, spenst, hurtighet, koordinasjon, etc.)
- Viser gode individuelle ferdigheter (eks. taktisk forståelse, mentale ferdigheter, kast- og mottaksferdigheter)
- Har spisskompetanse (eks. duellspill 1 mot 1, forsvarsferdigheter, skudd, finter, etc.)
- Viser håndballinteresse
- Har stor vinnervilje

PÅMELDING ELLER UTTAK?

Den enkelte spiller melder seg på selv, det gjøres ikke uttak av hverken region eller klubb. Det vil avholdes 10 samlinger i sone 4-8 og 6 samlinger i sone 1-3. Samlingene vil bli delt på kjønn, gitt at påmelding tillater dette. Påmelding og info om når og hvor samlingene blir avholdt vil bli publisert på våre Facebook- og hjemmesider. Påmelding for de enkelte samlingene vil være åpen 2 uker før samlingen. Det vil maksimalt være plass til 25 utøvere på hver samling. En og samme spiller kan maksimalt melde seg på 7 av 10 samlinger ila. sesongen.

RETNINGSLINJER DELTAGELSE PÅ SAMLING:

Påmeldte utøvere må møte opp i god tid til samlingsstart, ha med seg ball og drikkeflaske. Det er også sterkt ønskelig at spillers trener er til stedet på samlingene.

KONTAKTINFORMASJON TILTAK:

Sone 4-8: Johan Johnsson: johan.johnsson@handball.no / 41123377

Sone 1-3: Ainor Naustdal: ainor.naustdal@handball.no / 91709715

PRIS TILTAK:

Den enkelte utøver melder seg på en og en samling. Hver enkeltsamling koster kroner 200,-.

En og samme spiller kan maksimalt melde seg på 7 av 10 samlinger ila. sesongen.

Mer informasjon om spillerutvikling 12 år finner du enten via [linken](#) eller QR-koden:



Samlingsoversikt SPU 12 år

JENTER SONE 4-8			
DATO	TIDSPUNKT	HALL	TEMA
10.09.2023	10:00-11:30	Viking Campus	Kast og mottak
01.10.2023	10:00-11:30	Viking Campus	Finteteknikk
22.10.2023	10:00-11:30	Viking Campus	Individuell forsvarsteknikk
12.11.2023	10:00-11:30	Viking Campus	Pådrag og viderespill
10.12.2023	10:00-11:30	Viking Campus	Samspill bakspiller/kantspiller, bakspiller/linjespiller
14.01.2024	10:00-11:30	Viking Campus	Skuddteknikk
11.02.2024	10:00-11:30	Viking Campus	Finteteknikk/duellspill
17.03.2024	10:00-11:30	Viking Campus	Individuell forsvarsteknikk
21.04.2024	10:00-11:30	Viking Campus	Pådrag og viderespill
04.05.2024	10:00-11:30	Viking Campus	Samspill bakspiller/kantspiller, bakspiller/linjespiller

GUTTER SONE 4-8			
DATO	TIDSPUNKT	HALL	TEMA
10.09.2023	11:45-13:15	Viking Campus	Kast og mottak
01.10.2023	11:45-13:15	Viking Campus	Finteteknikk
22.10.2023	11:45-13:15	Viking Campus	Individuell forsvarsteknikk
12.11.2023	11:45-13:15	Viking Campus	Pådrag og viderespill
10.12.2023	11:45-13:15	Viking Campus	Samspill bakspiller/kantspiller, bakspiller/linjespiller
14.01.2024	11:45-13:15	Viking Campus	Skuddteknikk
11.02.2024	11:45-13:15	Viking Campus	Finteteknikk/duellspill
17.03.2024	11:45-13:15	Viking Campus	Individuell forsvarsteknikk
21.04.2024	11:45-13:15	Viking Campus	Pådrag og viderespill
04.05.2024	11:45-13:15	Viking Campus	Samspill bakspiller/kantspiller, bakspiller/linjespiller

JENTER SONE 1-3

DATO	TIDSPUNKT	HALL	TEMA
23.09.2023		Trivselshagen	Kast og mottak
21.10.2023		Førdehuset	Finteteknikk
25.11.2023		Trivselshagen	Pådrag - viderespill
06.01.2024		Trivselshagen	Individuell forsvarsteknikk
10.02.2024		Trivselshagen	Samspill bakspiller/kantspiller, bakspiller/linjespiller
13.04.2024		Førdehuset	Duellspill/vurderingsspill

GUTTER SONE 1-3

DATO	TIDSPUNKT	HALL	TEMA
23.09.2023		Trivselshagen	Kast og mottak
21.10.2023		Førdehuset	Finteteknikk
25.11.2023		Trivselshagen	Pådrag - viderespill
06.01.2024		Trivselshagen	Individuell forsvarsteknikk
10.02.2024		Trivselshagen	Samspill bakspiller/kantspiller, bakspiller/linjespiller
13.04.2024		Førdehuset	Duellspill/vurderingsspill



SPILLERUTVIKLING 13 ÅR

Født 2010

BESKRIVELSE AV TILTAKET:

For årgangen født 2010, 13 årsklassen, vil det sesongen 2023-2024 bli lagt opp til sonetreninger. Her vil region sette opp sonemiljøer på bakgrunn av antall lisensierte spillere i de ulike klubbene. Videre vil geografi, nivåpåmelding i seriespill og kjennskap til de enkelte lag være styrende for hvilke lag som settes sammen i de ulike sonene. Det legges opp til 5 sonemiljøer for jenter i sone 4-8, 1 sonemiljøer for jenter i sone 1-3. For guttene vil det legges opp til 3 sonemiljøer for gutter i sone 4-8 og 1 sonemiljø i sone 1-3. Hvert sonemiljø vil ha 8 samlinger i løpet av sesongen. Samlingene vil foregå på ukedag og bli ledet av trenere som er engasjert fra regionen.

I hvert sonemiljø tildeles klubb x antall plasser. Disse plassene disponerer klubb fritt til å sende utøvere til sesongens 8 samlinger. Det vil ikke være mulig for en og samme spiller å delta på mer enn 4 av sesongens 8 samlinger. Dette for å sikre at flest mulig utøvere får delta på samling, at regionen får sett flest mulig utøvere og av hensyn til belastning hos den enkelte utøver.

Senest 14 dager før hver samling melder klubbtrener inn hvilke utøvere hen ønsker å sende til den aktuelle samlingen. Region sender med utgangspunkt i dette ut innkalling senest 10 dager før samling. Samlingene vil bli gjennomført i de klubbene som er i de ulike sonemiljøene sine treningstider. Det er en forutsetning for å delta å kunne stille minimum 90 minutter treningstid på full bane til disposisjon til en eller to samlinger ila. sesongen.

FOR HVEM ER TILTAKET:

Tiltaket er for alle regionens jenter og gutter født 2010. Vi oppfordrer klubbtrener til å sende utøvere som oppfyller ett eller flere av følgende punkter:

- Er ekstra treningsvillige (gode holdninger til trening og viser «stå-på-vilje»)
- Viser spilleforståelse
- Har spennende fysiske forutsetninger (eks. høyde, spenst, hurtighet, koordinasjon, etc.)
- Viser gode individuelle ferdigheter (eks. taktisk forståelse, mentale ferdigheter, kast- og mottaksferdigheter)
- Har spisskompetanse (eks. duellspill 1 mot 1, forsvarsferdigheter, skudd, finter, etc.)
- Viser håndballinteresse
- Har stor vinnervilje

PÅMELDING ELLER UTTAK?

Klubbtrener sender inn navn og posisjon(er) for utøverne hen ønsker å sende på samling senest 14 dager før samling. Region sender så ut innkalling 10 dager før hver samling. En og samme spiller kan maksimalt delta på 4 av sesongens 8 samlinger.

RETNINGSLINJER DELTAGELSE PÅ SAMLING:

Påmeldte utøvere må møte opp i god tid til samlingsstart, ha med seg ball og drikkeflaske.

Det er også et krav om at klubbtrener stiller på samling hvor hen har utøvere.

KONTAKTINFORMASJON TILTAK:

Sone 4-8: Johan Johnsson: : johan.johnsson@handball.no / 41123377

Sone 1-3: Ainar Naustdal: ainor.naustdal@handball.no / 91709715

PRIS TILTAK:

Klubb faktureres kroner 600,- for hver plass de tildeles i sonemiljøet.

Denne kostnaden dekker deltagelse per utøver for alle samlinger hele sesongen.

Mer informasjon om spillerutvikling 13 år finner du enten via [linken](#) eller QR-koden:



Oversikt sonemiljøer J&G 13 år

I listen under finner du oversikt over hvilke klubber som tilhører hvilket sonemiljø. På neste side finner du oversikt over hvilke uker de ulike sonemiljøene har samling. Nøyaktig dato for de enkelte samlinger kommer så snart vi har fått tilbakemelding på hvilke dager/tider de ulike klubbene har treningstid tilgjengelig.

JENTER	
KLUBB	SONEMILJØ
Bremanger IL - Håndball	1-3
Eid IL - Håndball	1-3
Stryn T & IL - Håndball	1-3
Askvoll og Holmedal IL - Håndball	1-3
Dale IL, Fjaler - Håndball	1-3
Eikefjord - Håndball	1-3
Florø Sportsklubb - Håndball	1-3
Førde IL - Håndball	1-3
Høyang IL - Håndball	1-3
Bjørn, IL - Håndball	1-3
Jotun IL - Håndball	1-3
Sogndal IL - Håndball	1-3
Syri IL - Håndball	1-3
Vik IL - Håndball	1-3
Årdalstangen IL - Håndball	1-3
	4
Eikanger Idrettslag - Håndball	4
Eikelandsfjorden IL - Håndball	4
Flaktveit - Håndball	4
Knarvik - Håndball	4
Lindås - Håndball	4
Manger IL - Håndball	4
Nordre Holsnøy IL - Håndball	4
Salhus T & IL - Håndball	4
Voss Handballklubb - Håndball	4
Åsane - Håndball	4
Bergen HK - Håndball	5
Eidsvåg IL - Håndball	5
Fyllingen - Håndball	5
Løv-Ham - Håndball	5
Nordnes - Håndball	5
Sandviken - Håndball	5
Årstad IL - Håndball	5
Tertnes - Håndball	5

Askøy - Håndball	6 - gruppe 1
Kjøkkelvik - Håndball	6 - gruppe 1
Lyngbø SK - Håndball	6 - gruppe 1
Mathopen Idrettslag - Håndball	6 - gruppe 1
Vadmyra IL - Håndball	6 - gruppe 1
Nordre Fjell Håndball - Håndball	6 - gruppe 2
Sotra - Håndball	6 - gruppe 2
Sund handballklubb - Håndball	6 - gruppe 2
Øygarden Idrettslag - Håndball	6 - gruppe 2
Bjarg IL - Håndball	7 - gruppe 1
Bønes - Håndball	7 - gruppe 1
Fana IL - Håndball	7 - gruppe 1
Gneist - Håndball	7 - gruppe 1
Kalandseid IL - Håndball	7 - gruppe 2
Kringlebotn IL - Håndball	7 - gruppe 2
Nore Neset - Håndball	7 - gruppe 2
Os Turnforening - Håndball	7 - gruppe 2
Sædalen - Håndball	7 - gruppe 2
Søre Neset Idrettslag - Håndball	7 - gruppe 2
Søreide - Håndball	7 - gruppe 2
Fitjar IL - Håndball	8
Kvinnherad - Håndball	8
Odda IL - Håndball	8
Solid, IL - Håndball	8
Stord - Håndball	8
Sveio IL - Håndball	8



GUTTER

KLUBB	SONEMILJØ
Bremanger IL - Håndball	1-3
Eid IL - Håndball	1-3
Eikefjord - Håndball	1-3
Hyen Idrettslag - Håndball	1-3
Stryn T & IL - Håndball	1-3
Askvoll og Holmedal IL - Håndball	1-3
Dale IL, Fjaler - Håndball	1-3
Florø Sportsklubb - Håndball	1-3
Høyang IL - Håndball	1-3
Sogndal IL - Håndball	1-3
Syrlil IL - Håndball	1-3
Bjørnar - Håndball	4
Eikelandsfjorden IL - Håndball	4
Knarvik - Håndball	4
Lindås - Håndball	4
Tertnes - Håndball	4
Åsane - Håndball	4
Bergen HK - Håndball	4
Eidsvåg IL - Håndball	4
Sandviken - Håndball	4
Viking TIF - Håndball	4
Årstad IL - Håndball	4
Askøy - Håndball	5
Kjøkkelvik - Håndball	5
Mathopen Idrettslag - Håndball	5
Sotra - Håndball	5
Øygarden Idrettslag - Håndball	5
Fyllingen - Håndball	5
Lyngbø SK - Håndball	5
Bjarg IL - Håndball	6
Bønes - Håndball	6
Fana IL - Håndball	6
Kalandseid IL - Håndball	6
Nore Neset - Håndball	6
Os Turnforening - Håndball	6
Sædalen - Håndball	6
Solid, IL - Håndball	6
Stord - Håndball	6

Samlingsoversikt sonesamlinger 13 år

JENTER SONEMILJØ 1-3			
DATO	TIDSPUNKT	HALL	TEMA
Uke 38, dato	kommer	hall kommer	
Uke 45, dato	kommer	hall kommer	
Uke 50, dato	kommer	hall kommer	
Uke 4, dato	kommer	hall kommer	
Uke 10, dato	kommer	hall kommer	
Uke 15, dato	kommer	hall kommer	
Uke 19, dato	kommer	hall kommer	
Uke 22, dato	kommer	hall kommer	

GUTTER SONEMILJØ 1-3			
DATO	TIDSPUNKT	HALL	TEMA
Uke 38, dato	kommer	hall kommer	
Uke 45, dato	kommer	hall kommer	
Uke 50, dato	kommer	hall kommer	
Uke 4, dato	kommer	hall kommer	
Uke 10, dato	kommer	hall kommer	
Uke 15, dato	kommer	hall kommer	
Uke 19, dato	kommer	hall kommer	
Uke 22, dato	kommer	hall kommer	

JENTER SONEMILJØ 4			
DATO	TIDSPUNKT	HALL	TEMA
Uke 38, dato	kommer	hall kommer	
Uke 45, dato	kommer	hall kommer	
Uke 50, dato	kommer	hall kommer	
Uke 4, dato	kommer	hall kommer	
Uke 10, dato	kommer	hall kommer	
Uke 15, dato	kommer	hall kommer	
Uke 19, dato	kommer	hall kommer	
Uke 22, dato	kommer	hall kommer	

GUTTER SONEMILJØ 4

DATO	TIDSPUNKT	HALL	TEMA
Uke 38, dato	kommer	hall kommer	
Uke 45, dato	kommer	hall kommer	
Uke 50, dato	kommer	hall kommer	
Uke 4, dato	kommer	hall kommer	
Uke 10, dato	kommer	hall kommer	
Uke 15, dato	kommer	hall kommer	
Uke 19, dato	kommer	hall kommer	
Uke 22, dato	kommer	hall kommer	

JENTER SONEMILJØ 5

DATO	TIDSPUNKT	HALL	TEMA
Uke 38, dato	kommer	hall kommer	
Uke 45, dato	kommer	hall kommer	
Uke 50, dato	kommer	hall kommer	
Uke 4, dato	kommer	hall kommer	
Uke 10, dato	kommer	hall kommer	
Uke 15, dato	kommer	hall kommer	
Uke 19, dato	kommer	hall kommer	
Uke 22, dato	kommer	hall kommer	

GUTTER SONEMILJØ 5

DATO	TIDSPUNKT	HALL	TEMA
Uke 38, dato	kommer	hall kommer	
Uke 45, dato	kommer	hall kommer	
Uke 50, dato	kommer	hall kommer	
Uke 4, dato	kommer	hall kommer	
Uke 10, dato	kommer	hall kommer	
Uke 15, dato	kommer	hall kommer	
Uke 19, dato	kommer	hall kommer	
Uke 22, dato	kommer	hall kommer	

JENTER SONEMILJØ 6

DATO	TIDSPUNKT	HALL	TEMA
Uke 38, dato	kommer	hall kommer	
Uke 45, dato	kommer	hall kommer	
Uke 50, dato	kommer	hall kommer	
Uke 4, dato	kommer	hall kommer	
Uke 10, dato	kommer	hall kommer	
Uke 15, dato	kommer	hall kommer	
Uke 19, dato	kommer	hall kommer	
Uke 22, dato	kommer	hall kommer	

GUTTER SONEMILJØ 6

DATO	TIDSPUNKT	HALL	TEMA
Uke 38, dato	kommer	hall kommer	
Uke 45, dato	kommer	hall kommer	
Uke 50, dato	kommer	hall kommer	
Uke 4, dato	kommer	hall kommer	
Uke 10, dato	kommer	hall kommer	
Uke 15, dato	kommer	hall kommer	
Uke 19, dato	kommer	hall kommer	
Uke 22, dato	kommer	hall kommer	

JENTER SONEMILJØ 7

DATO	TIDSPUNKT	HALL	TEMA
Uke 38, dato	kommer	hall kommer	
Uke 45, dato	kommer	hall kommer	
Uke 50, dato	kommer	hall kommer	
Uke 4, dato	kommer	hall kommer	
Uke 10, dato	kommer	hall kommer	
Uke 15, dato	kommer	hall kommer	
Uke 19, dato	kommer	hall kommer	
Uke 22, dato	kommer	hall kommer	

JENTER SONEMILJØ 8

DATO	TIDSPUNKT	HALL	TEMA
Uke 38, dato	kommer	hall kommer	
Uke 45, dato	kommer	hall kommer	
Uke 50, dato	kommer	hall kommer	
Uke 4, dato	kommer	hall kommer	
Uke 10, dato	kommer	hall kommer	
Uke 15, dato	kommer	hall kommer	
Uke 19, dato	kommer	hall kommer	
Uke 22, dato	kommer	hall kommer	



SPILLERUTVIKLING 14 ÅR

Født 2009

BESKRIVELSE AV TILTAKET:

For årgangen født 2009, 14 årsklassen, vil det sesongen 2023-2024 bli lagt opp til sone-treninger. Her vil region sette opp sonemiljøer på bakgrunn av antall lisensierte spillere i de ulike klubbene. Videre vil geografi, nivåpåmelding i seriespill og kjennskap til de enkelte lag være styrende for hvilke lag som settes sammen i de ulike sonene. Det legges opp til 5 sonemiljøer for jenter i sone 4-8, 1 sonemiljø for jenter i sone 1-3. For guttene vil det legges opp til 3 sonemiljøer for gutter i sone 4-8 og 1 sonemiljø i sone 1-3. Hvert sonemiljø vil ha 8 samlinger i løpet av sesongen. Samlingene vil foregå på ukedag og bli ledet av trenere som er engasjert fra regionen.

I hvert sonemiljø tildeles klubb x antall plasser. Disse plassene disponerer klubb fritt til å sende utøvere til sesongens 8 samlinger. Det vil ikke være mulig for en og samme spiller å delta på mer enn 4 av sesongens 8 samlinger. Dette for å sikre at flest mulig utøvere får delta på samling, at regionen får sett flest mulig utøvere og av hensyn til belastning hos den enkelte utøver.

Senest 14 dager før hver samling melder klubbtrener inn hvilke utøvere hen ønsker å sende til den aktuelle samlingen. Region sender med utgangspunkt i dette ut innkalling senest 10 dager før samling. Samlingene vil bli gjennomført i de klubbene som er i de ulike sonemiljøene sine treningstider. Det er en forutsetning for å delta å kunne stille minimum 90 minutter treningstid på full bane til disposisjon til en eller to samlinger ila. sesongen.

FOR HVEM ER TILTAKET:

Tiltaket er for alle regionens jenter og gutter født 2009. Vi oppfordrer klubbtrener til å sende utøvere som oppfyller ett eller flere av følgende punkter:

- Er ekstra treningsvillige (gode holdninger til trening og viser «stå-på-vilje»)
- Viser spilleforståelse
- Har spennende fysiske forutsetninger (eks. høyde, spenst, hurtighet, koordinasjon, etc.)
- Viser gode individuelle ferdigheter (eks. taktisk forståelse, mentale ferdigheter, kast- og mottaksferdigheter)
- Har spisskompetanse (eks. duellspill 1 mot 1, forsvarsferdigheter, skudd, finter, etc.)
- Viser håndballinteresse
- Har stor vinnervilje

PÅMELDING ELLER UTTAK?

Klubbtrener sender inn navn og posisjon(er) for utøverne hen ønsker å sende på samling senest 14 dager før samling. Region sender så ut innkalling 10 dager før hver samling. En og samme spiller kan maksimalt delta på 4 av sesongens 8 samlinger.

RETNINGSLINJER DELTAGELSE PÅ SAMLING:

Påmeldte utøvere må møte opp i god tid til samlingsstart, ha med seg ball og drikkeflaske.

Det er også et krav om at klubbtrener stiller på samling hvor hen har utøvere.

KONTAKTINFORMASJON TILTAK:

Sone 4-8: Johan Johnsson: : johan.johnsson@handball.no / 41123377

Sone 1-3: Ainar Naustdal: ainor.naustdal@handball.no / 91709715

PRIS TILTAK:

Klubb faktureres kroner 600,- for hver plass de tildeles i sonemiljøet.

Denne kostnaden dekker deltagelse per utøver for alle samlinger hele sesongen.

Mer informasjon om spillerutvikling 14 år finner du enten via [linken](#) eller QR-koden:

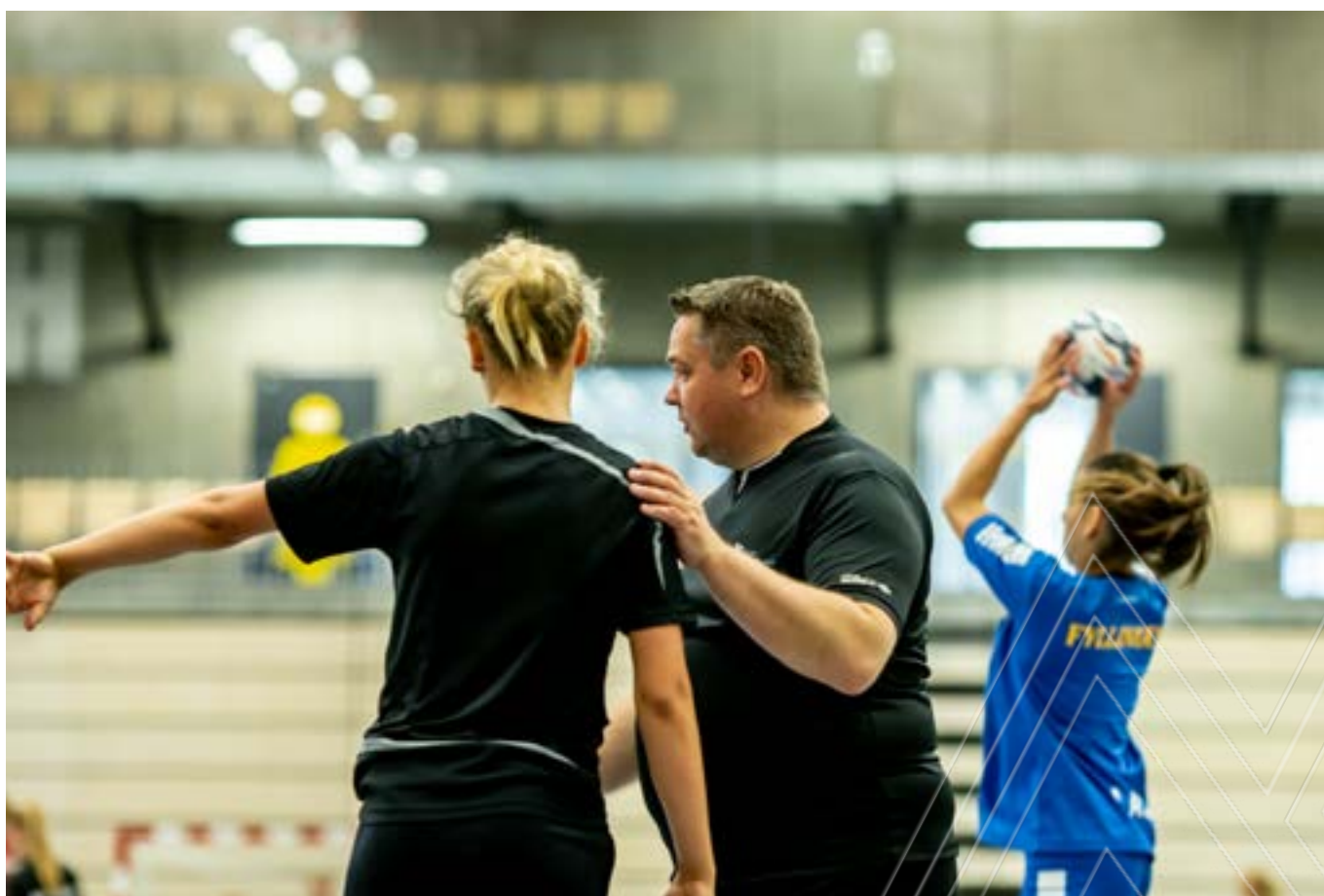


Oversikt sonemiljøer J&G 14 år

I listen under finner du oversikt over hvilke klubber som tilhører hvilket sonemiljø. På neste side finner du oversikt over hvilke uker de ulike sonemiljøene har samling. Nøyaktig dato for de enkelte samlinger kommer så snart vi har fått tilbakemelding på hvilke dager/tider de ulike klubbene har treningstid tilgjengelig.

JENTER	
KLUBB	SONEMILJØ
Eid IL - Håndball	1-3
Sandane Turn og Idrettslag - Håndball	1-3
Stryn T & IL - Håndball	1-3
Askvoll og Holmedal IL - Håndball	1-3
Dale IL, Fjaler - Håndball	1-3
Eikefjord - Håndball	1-3
Florø Sportsklubb - Håndball	1-3
Førde IL - Håndball	1-3
Gaular IL - Håndball	1-3
Hyllestad Idrettslag - Håndball	1-3
Høyang IL - Håndball	1-3
Bjørn, IL - Håndball	1-3
Jotun IL - Håndball	1-3
Sogndal IL - Håndball	1-3
Syri IL - Håndball	1-3
Vik IL - Håndball	1-3
Bjørnar - Håndball	4
Flaktveit - Håndball	4
Knarvik - Håndball	4
Lindås - Håndball	4
Manger IL - Håndball	4
Nordre Holsnøy IL - Håndball	4
Salhus T & IL - Håndball	4
Samnanger IL - Håndball	4
Tertnes - Håndball	4
Voss Handballklubb - Håndball	4
Åsane - Håndball	4
Bergen HK - Håndball	5
Eidsvåg IL - Håndball	5
Fyllingen - Håndball	5
Løv-Ham - Håndball	5
Nordnes - Håndball	5
Sandviken - Håndball	5
Årstad IL - Håndball	5

Askøy - Håndball	6
Kjøkkelvik - Håndball	6
Lyngbø SK - Håndball	6
Mathopen Idrettslag - Håndball	6
Nordre Fjell Håndball - Håndball	6
Sotra - Håndball	6
Bjarg IL - Håndball	7
Bønes - Håndball	7
Gneist - Håndball	7
Kringlebotn IL - Håndball	7
Sædalen - Håndball	7
Søreide - Håndball	7
Kvinnherad - Håndball	8
Odda IL - Håndball	8
Os Turnforening - Håndball	8
Stord - Håndball	8
Tysnes - Håndball	8
Nore Neset - Håndball	8
Fana IL - Håndball	8



GUTTER

KLUBB	SONEMILJØ
Eid IL - Håndball	1-3
Gloppen Handballklubb - Håndball	1-3
Hyen Idrettslag - Håndball	1-3
Stryn T & IL - Håndball	1-3
Askvoll og Holmedal IL - Håndball	1-3
Dale IL, Fjaler - Håndball	1-3
Eikefjord - Håndball	1-3
Florø Sportsklubb - Håndball	1-3
Gaular IL - Håndball	1-3
Høyang IL - Håndball	1-3
Vik IL - Håndball	1-3
Kjøkkelvik - Håndball	4
Bjarg IL - Håndball	4
Nordnes - Håndball	4
Åsane - Håndball	4
Eidsvåg IL - Håndball	4
Knarvik - Håndball	5
Lindås - Håndball	5
Sotra - Håndball	5
Mathopen Idrettslag - Håndball	5
Årstad IL - Håndball	5
Sund handballklubb - Håndball	5
Bønes - Håndball	5
Bergen HK - Håndball	5
Nore Neset - Håndball	6
Stord - Håndball	6
Fana IL - Håndball	6
Sædalen - Håndball	6
Kringlebotn IL - Håndball	6

Samlingsoversikt sonesamlinger 14 år

JENTER SONEMILJØ 1-3			
DATO	TIDSPUNKT	HALL	TEMA
Uke 38, dato	kommer	hall kommer	
Uke 45, dato	kommer	hall kommer	
Uke 50, dato	kommer	hall kommer	
Uke 4, dato	kommer	hall kommer	
Uke 10, dato	kommer	hall kommer	
Uke 15, dato	kommer	hall kommer	
Uke 19, dato	kommer	hall kommer	
Uke 22, dato	kommer	hall kommer	

GUTTER SONEMILJØ 1-3			
DATO	TIDSPUNKT	HALL	TEMA
Uke 38, dato	kommer	hall kommer	
Uke 45, dato	kommer	hall kommer	
Uke 50, dato	kommer	hall kommer	
Uke 4, dato	kommer	hall kommer	
Uke 10, dato	kommer	hall kommer	
Uke 15, dato	kommer	hall kommer	
Uke 19, dato	kommer	hall kommer	
Uke 22, dato	kommer	hall kommer	

JENTER SONEMILJØ 4			
DATO	TIDSPUNKT	HALL	TEMA
Uke 38, dato	kommer	hall kommer	
Uke 45, dato	kommer	hall kommer	
Uke 50, dato	kommer	hall kommer	
Uke 4, dato	kommer	hall kommer	
Uke 10, dato	kommer	hall kommer	
Uke 15, dato	kommer	hall kommer	
Uke 19, dato	kommer	hall kommer	
Uke 22, dato	kommer	hall kommer	

GUTTER SONEMILJØ 4

DATO	TIDSPUNKT	HALL	TEMA
Uke 38, dato	kommer	hall kommer	
Uke 45, dato	kommer	hall kommer	
Uke 50, dato	kommer	hall kommer	
Uke 4, dato	kommer	hall kommer	
Uke 10, dato	kommer	hall kommer	
Uke 15, dato	kommer	hall kommer	
Uke 19, dato	kommer	hall kommer	
Uke 22, dato	kommer	hall kommer	

JENTER SONEMILJØ 5

DATO	TIDSPUNKT	HALL	TEMA
Uke 38, dato	kommer	hall kommer	
Uke 45, dato	kommer	hall kommer	
Uke 50, dato	kommer	hall kommer	
Uke 4, dato	kommer	hall kommer	
Uke 10, dato	kommer	hall kommer	
Uke 15, dato	kommer	hall kommer	
Uke 19, dato	kommer	hall kommer	
Uke 22, dato	kommer	hall kommer	

GUTTER SONEMILJØ 5

DATO	TIDSPUNKT	HALL	TEMA
Uke 38, dato	kommer	hall kommer	
Uke 45, dato	kommer	hall kommer	
Uke 50, dato	kommer	hall kommer	
Uke 4, dato	kommer	hall kommer	
Uke 10, dato	kommer	hall kommer	
Uke 15, dato	kommer	hall kommer	
Uke 19, dato	kommer	hall kommer	
Uke 22, dato	kommer	hall kommer	

JENTER SONEMILJØ 6

DATO	TIDSPUNKT	HALL	TEMA
Uke 38, dato	kommer	hall kommer	
Uke 45, dato	kommer	hall kommer	
Uke 50, dato	kommer	hall kommer	
Uke 4, dato	kommer	hall kommer	
Uke 10, dato	kommer	hall kommer	
Uke 15, dato	kommer	hall kommer	
Uke 19, dato	kommer	hall kommer	
Uke 22, dato	kommer	hall kommer	

GUTTER SONEMILJØ 6

DATO	TIDSPUNKT	HALL	TEMA
Uke 38, dato	kommer	hall kommer	
Uke 45, dato	kommer	hall kommer	
Uke 50, dato	kommer	hall kommer	
Uke 4, dato	kommer	hall kommer	
Uke 10, dato	kommer	hall kommer	
Uke 15, dato	kommer	hall kommer	
Uke 19, dato	kommer	hall kommer	
Uke 22, dato	kommer	hall kommer	

JENTER SONEMILJØ 7

DATO	TIDSPUNKT	HALL	TEMA
Uke 38, dato	kommer	hall kommer	
Uke 45, dato	kommer	hall kommer	
Uke 50, dato	kommer	hall kommer	
Uke 4, dato	kommer	hall kommer	
Uke 10, dato	kommer	hall kommer	
Uke 15, dato	kommer	hall kommer	
Uke 19, dato	kommer	hall kommer	
Uke 22, dato	kommer	hall kommer	

JENTER SONEMILJØ 8

DATO	TIDSPUNKT	HALL	TEMA
Uke 38, dato	kommer	hall kommer	
Uke 45, dato	kommer	hall kommer	
Uke 50, dato	kommer	hall kommer	
Uke 4, dato	kommer	hall kommer	
Uke 10, dato	kommer	hall kommer	
Uke 15, dato	kommer	hall kommer	
Uke 19, dato	kommer	hall kommer	
Uke 22, dato	kommer	hall kommer	



SPILLERUTVIKLING 15 ÅR

Født 2008

BESKRIVELSE AV TILTAKET:

For årgangen født 2008, 15 årsklassen, vil det sesongen 2023-2024 bli lagt opp til en kombinasjon av sonesamlinger og bylagstreninger. Før jul vil det bli avholdt 3 sonesamlinger hvor klubbtrener melder inn utøvere til samling iht. tildelte plasser. I desember vil regionen kalle inn utøvere til en regional bylagsturnering. I januar og februar vil regionen kalle inn til totalt to helgesamlinger før det gjøres et uttak av 28 gutter og 28 jenter til Bylagsturneringen i Stavanger. Etter Bylagsturneringen vil det bli gjennomført 3 sonesamlinger. For sonesamlingene vil region sette opp sonemiljøer på bakgrunn av antall lisensierte spillere i de ulike klubbene. Videre vil geografi, nivåpåmelding i seriespill og kjennskap til de enkelte lag være styrende for hvilke lag som settes sammen i de ulike sonene. Det legges opp til 5 sonemiljøer for jenter i sone 4-8, 1 sonemiljø for jenter i sone 1-3. For guttene vil det legges opp til 2 sonemiljøer for gutter i sone 4-8 og 1 sonemiljø i sone 1-3. Hvert sonemiljø vil ha 6 samlinger i løpet av sesongen i tillegg til regional bylagsturnering, bylagssamlinger og bylagsturnering for de som blir kalt inn til dette. Sonesamlingene vil foregå på ukedag og bli ledet av trenere som er engasjert fra regionen. Bylagssamlingene vil bli avholdt i helg.

I hvert sonemiljø tildeles klubb x antall plasser. Disse plassene disponerer klubb fritt til å sende utøvere til sesongens 6 samlinger. Før jul kan klubbtrener kun melde inn samme utøver på maksimalt 2 av 3 sonesamlinger. Utøvere som kalles inn til Bylagsturnering kan kun meldes inn til 1 av 3 sonesamlinger etter bylagsturneringen.

Senest 14 dager før hver samling melder klubbtrener inn hvilke utøvere hen ønsker å sende til den aktuelle samlingen. Region sender med utgangspunkt i dette ut innkalling senest 10 dager før samling. Samlingene vil bli gjennomført i de klubbene som er i de ulike sonemiljøene sine treningstider. Det er en forutsetning for å delta å kunne stille minimum 90 minutter treningstid på full bane til disposisjon til en eller to samlinger ila. sesongen. For bylagssamlingene vil region gjøre uttak og sende ut innkalling senest 14 dager før aktuell samling.

FOR HVEM ER TILTAKET:

Tiltaket er for alle regionens jenter og gutter født 2008. Vi oppfordrer klubbtrener til å sende utøvere som oppfyller flere av følgende punkter:

- Er ekstra treningsvillige (gode holdninger til trening og viser «stå-på-vilje»)
- Viser spilleforståelse
- Har spennende fysiske forutsetninger (eks. høyde, spenst, hurtighet, koordinasjon, etc.)
- Viser gode individuelle ferdigheter (eks. taktisk forståelse, mentale ferdigheter, kast- og mottaksferdigheter)
- Har spisskompetanse (eks. duellspill 1 mot 1, forsvarsferdigheter, skudd, finter, etc.)
- Viser håndballinteresse
- Har stor vinnervilje

PÅMELDING ELLER UTTAK?

Klubbtrener sender inn navn og posisjon(er) for utøverne hen ønsker å sende på samling senest 14 dager før samling. Region sender så ut innkalling 10 dager før hver samling.

RETNINGSLINJER DELTAGELSE PÅ SAMLING:

Påmeldte utøvere må møte opp i god tid til samlingsstart, ha med seg ball og drikkeflaske. **Det er også et krav om at klubbtrener stiller på samling hvor hen har utøvere.**

KONTAKTINFO TILTAK

Johan Johnsson: johan.johnsson@handball.no / 41123377

PRIS TILTAK:

Klubb faktureres kroner 600-, for hver plass de tildeles i sonemiljøet. Denne kostnaden dekker deltagelse per utøver for alle samlinger hele sesongen. For samlinger hvor region kaller inn utøvere vil klubb faktureres kroner 300-, per utøver per samling. For utøvere som tas ut til Bylagsturneringen vil klubb faktureres kroner 1750-, per spiller.

Mer informasjon om spillerutvikling 15 år finner du enten via [lenken](#) eller QR-koden:



Oversikt sonemiljøer J&G 15 år

I listen under finner du oversikt over hvilke klubber som tilhører hvilket sonemiljø. På neste side finner du oversikt over hvilke uker de ulike sonemiljøene har samling. Nøyaktig dato for de enkelte samlinger kommer så snart vi har fått tilbakemelding på hvilke dager/tider de ulike klubbene har treningstid tilgjengelig.

JENTER	
KLUBB	SONEMILJØ
Eid IL - Håndball	1-3
Gloppen Handballklubb - Håndball	1-3
Dale IL, Fjaler - Håndball	1-3
Florø Sportsklubb - Håndball	1-3
Førde IL - Håndball	1-3
Gaular IL - Håndball	1-3
Hyllestad Idrettslag - Håndball	1-3
Bjørn, IL - Håndball	1-3
Jotun IL - Håndball	1-3
Sogndal IL - Håndball	1-3
Syriil IL - Håndball	1-3
Årdalstangen IL - Håndball	1-3
Bjørnar - Håndball	4
Dale IL, Vaksdal - Håndball	4
Eikelandsfjorden IL - Håndball	4
Knarvik - Håndball	4
Lindås - Håndball	4
Manger IL - Håndball	4
Salhus T & IL - Håndball	4
Samnanger IL - Håndball	4
Tertnes - Håndball	4
Voss Handballklubb - Håndball	4
Åsane - Håndball	4
Bergen HK - Håndball	5
Eidsvåg IL - Håndball	5
Fyllingen - Håndball	5
Løv-Ham - Håndball	5
Nordnes - Håndball	5
Viking TIF - Håndball	5
Årstad IL - Håndball	5
Askøy - Håndball	6 - gruppe 1
Lyngbø SK - Håndball	6 - gruppe 1
Mathopen Idrettslag - Håndball	6 - gruppe 1

Nordre Fjell Håndball - Håndball	6 - gruppe 2
Sotra - Håndball	6 - gruppe 2
Sund handballklubb - Håndball	6 - gruppe 2
Vadmyra IL - Håndball	6 - gruppe 2
Bjarg IL - Håndball	7
Bønes - Håndball	7
Fana IL - Håndball	7
Gneist - Håndball	7
Søreide - Håndball	7
Kvinnherad - Håndball	8
Odda IL - Håndball	8
Stord - Håndball	8
Tysnes - Håndball	8
Nore Neset - Håndball	8
Os Turnforening - Håndball	8
Sædalen - Håndball	8



GUTTER

KLUBB	SONEMILJØ
Eid IL - Håndball	1-3
Gloppen Handballklubb - Håndball	1-3
Stryn T & IL - Håndball	1-3
Askvoll og Holmedal IL - Håndball	1-3
Dale IL, Fjaler - Håndball	1-3
Eikefjord - Håndball	1-3
Florø Sportsklubb - Håndball	1-3
Høyang IL - Håndball	1-3
Jotun IL - Håndball	1-3
Årdalstangen IL - Håndball	1-3
Bergen HK - Håndball	4
Bjarg IL - Håndball	4
Bjørnar - Håndball	4
Bønes - Håndball	4
Eidsvåg IL - Håndball	4
Gneist - Håndball	4
Nordnes - Håndball	4
Tertnes - Håndball	4
Viking TIF - Håndball	4
Fana IL - Håndball	5
Kjøkkelvik - Håndball	5
Knarvik - Håndball	5
Lindås - Håndball	5
Lyngbø SK - Håndball	5
Mathopen Idrettslag - Håndball	5
Os Turnforening - Håndball	5
Sotra - Håndball	5
Stord - Håndball	5
Sædalen - Håndball	5
Årstad IL - Håndball	5
Åsane - Håndball	5

Samlingsoversikt sonesamlinger 15 år

JENTER SONEMILJØ 1-3

DATO	TIDSPUNKT	HALL	TEMA
Uke 38, dato	kommer	hall kommer	
Uke 43, dato	kommer	hall kommer	
Uke 47, dato	kommer	hall kommer	
Uke 11, dato	kommer	hall kommer	
Uke 17, dato	kommer	hall kommer	
Uke 22, dato	kommer	hall kommer	

GUTTER SONEMILJØ 1-3

DATO	TIDSPUNKT	HALL	TEMA
Uke 38, dato	kommer	hall kommer	
Uke 43, dato	kommer	hall kommer	
Uke 47, dato	kommer	hall kommer	
Uke 11, dato	kommer	hall kommer	
Uke 17, dato	kommer	hall kommer	
Uke 22, dato	kommer	hall kommer	

JENTER SONEMILJØ 4

DATO	TIDSPUNKT	HALL	TEMA
Uke 38, dato	kommer	hall kommer	
Uke 43, dato	kommer	hall kommer	
Uke 47, dato	kommer	hall kommer	
Uke 11, dato	kommer	hall kommer	
Uke 17, dato	kommer	hall kommer	
Uke 22, dato	kommer	hall kommer	

GUTTER SONEMILJØ 4

DATO	TIDSPUNKT	HALL	TEMA
Uke 38, dato	kommer	hall kommer	
Uke 43, dato	kommer	hall kommer	
Uke 47, dato	kommer	hall kommer	
Uke 11, dato	kommer	hall kommer	
Uke 17, dato	kommer	hall kommer	
Uke 22, dato	kommer	hall kommer	

JENTER SONEMILJØ 5

DATO	TIDSPUNKT	HALL	TEMA
Uke 38, dato	kommer	hall kommer	
Uke 43, dato	kommer	hall kommer	
Uke 47, dato	kommer	hall kommer	
Uke 11, dato	kommer	hall kommer	
Uke 17, dato	kommer	hall kommer	
Uke 22, dato	kommer	hall kommer	

GUTTER SONEMILJØ 5

DATO	TIDSPUNKT	HALL	TEMA
Uke 38, dato	kommer	hall kommer	
Uke 43, dato	kommer	hall kommer	
Uke 47, dato	kommer	hall kommer	
Uke 11, dato	kommer	hall kommer	
Uke 17, dato	kommer	hall kommer	
Uke 22, dato	kommer	hall kommer	

JENTER SONEMILJØ 6

DATO	TIDSPUNKT	HALL	TEMA
Uke 38, dato	kommer	hall kommer	
Uke 43, dato	kommer	hall kommer	
Uke 47, dato	kommer	hall kommer	
Uke 11, dato	kommer	hall kommer	
Uke 17, dato	kommer	hall kommer	
Uke 22, dato	kommer	hall kommer	

JENTER SONEMILJØ 7

DATO	TIDSPUNKT	HALL	TEMA
Uke 38, dato	kommer	hall kommer	
Uke 43, dato	kommer	hall kommer	
Uke 47, dato	kommer	hall kommer	
Uke 11, dato	kommer	hall kommer	
Uke 17, dato	kommer	hall kommer	
Uke 22, dato	kommer	hall kommer	

JENTER SONEMILJØ 8

DATO	TIDSPUNKT	HALL	TEMA
Uke 38, dato	kommer	hall kommer	
Uke 43, dato	kommer	hall kommer	
Uke 47, dato	kommer	hall kommer	
Uke 11, dato	kommer	hall kommer	
Uke 17, dato	kommer	hall kommer	
Uke 22, dato	kommer	hall kommer	



Samlingsoversikt Bylagssamlinger 15 år

BYLAGSSAMLING		
DATO	TIDSPUNKT	HALL
17. desember 2023	09:00-18:00	Kommer
03. & 04. februar 2024	09:00-18:00	Kommer
06. & 07. april 2024	09:00-18:00	Kommer
12., 13. & 14. april 2024	09:00-18:00	Stavanger Idrettshall



TEMASAMLINGER

BESKRIVELSE AV TILTAKET:

Sesongen 2023-2024 ønsker NHF Region Vest å tilby temasamlinger. Det vil bli gjennomført samlinger med fokus på kantspillere, bakspillere og linjespillere. Tiltaket er myntet mot utøvere født 2008, 2009 og 2010. Det vil bli satt opp samlinger hvor utøver selv, klubbtrener eller klubb melder på spillere. Det vil ikke bli gjort uttak til disse samlingene fra regionen sin side. Det vil bli avholdt 6 samlinger i løpet av sesongen for hver posisjon. Det vil bli gjennomført 3 samlinger før jul, og 3 etter jul. Se tabell under for datoer, hall og tidspunkt for disse samlingene. Noen av samlingene vil bli gjennomført med 2 posisjoner på samme samling, eks. bakspillere og linjespillere, mens noen samlinger vil kun bli gjennomført med en posisjon. Selv om det gjennomføres temasamlinger for to posisjoner på samme dato, deltar man kun for den posisjonen man melder seg på.

HVA ER VI PÅ JAKT ETTER? FOR HVEM ER TILTAKET?

Tiltaket er for utøvere født 2008, 2009 og 2010 som ønsker ekstra trening spesifikt rettet mot enkeltposisjoner.

PÅMELDING / UTTAK?

Utøver, trener eller klubb melder utøver på selv.

VIKTIGE DATOER

Dato for når de ulike samlingene er, vil bli lagt ut på våre hjemmesider og Facebooksider.

RETNINGSLINJER FOR DELTAGELSE PÅ SAMLING

Utøver må ha med egen ball/drikkeflaske. Det er sterkt ønskelig at klubbtrener deltar på samling.

PRISER FOR TILTAK

Utøver, trener eller klubb betaler kroner 200-, per samling.

KONTAKTPERSON TILTAK

Ulrik Risberg: ulrik.risberg@handball.no / 92449645



SPU MÅLVAKT

BESKRIVELSE AV TILTAKET:

Spillerutvikling - målvakt er et spillertilbud til målvakter i alderen 12-15 år som ønsker å trene ekstra utover klubbens treningstilbud. Målet med dette tiltaket er å skape gode treningsøkter med fokus på mestringsfølelse, individuell teknikk, samtidig som det skal være en gøy, lærerik og positiv opplevelse. Tilbudet inneholder økter med ulike tema som skal gi målvaktene øvelser de kan ta med tilbake til egen trening. Øktene er delt gutter og jenter og 16 plasser per økt. Trenerne er velkommen til å se på øktene for å få tips og ideer til egne treninger.

PÅMELDING / UTTAK?

Den enkelte spiller melder seg på selv, det gjøres ikke uttak av hverken region eller klubb. Det vil avholdes 10 samlinger i Bergen og 4 i sone 1-3. Samlingene vil bli delt på alder, gitt at påmelding tillater dette. Påmelding og info om når og hvor samlingene blir avholdt vil bli publisert på våre Facebook- og hjemmesider. Påmelding for de enkelte samlingene vil være åpen 2 uker før samlingen. Det vil maksimalt være plass til 16 utøvere på hver samling. En og samme spiller kan maksimalt melde seg på 6 av 10 samlinger i løp av sesongen.

PRISER FOR TILTAK

Den enkelte utøver melder seg på en og en samling. Hver enkeltsamling koster 200 kr.

KONTAKTPERSON TILTAK

Johan Johnsson: Johan.Johnsson@handball.no / 41123377



Samlingsoversikt SPU målvakter

JENTER OG GUTTER F. 2011-2008 BERGEN			
DATO	TIDSPUNKT	HALL	TEMA
09.09.2023	10:00-11:30 og 11:45-13:15	Viking Campus, Eidsvåg	2011-2010 / 2009-2008
30.09.2023	10:00-11:30 og 11:45-13:15	Viking Campus, Eidsvåg	2011-2010 / 2009-2008
21.10.2023	10:00-11:30 og 11:45-13:15	Viking Campus, Eidsvåg	2011-2010 / 2009-2008
10.11.2023	10:00-11:30 og 11:45-13:15	Viking Campus, Eidsvåg	2011-2010 / 2009-2008
09.12.2023	10:00-11:30 og 11:45-13:15	Viking Campus, Eidsvåg	2011-2010 / 2009-2008
13.01.2024	10:00-11:30 og 11:45-13:15	Viking Campus, Eidsvåg	2011-2010 / 2009-2008
10.02.2024	10:00-11:30 og 11:45-13:15	Viking Campus, Eidsvåg	2011-2010 / 2009-2008
16.03.2024	10:00-11:30 og 11:45-13:15	Viking Campus, Eidsvåg	2011-2010 / 2009-2008
20.04.2024	10:00-11:30 og 11:45-13:15	Viking Campus, Eidsvåg	2011-2010 / 2009-2008
04.05.2024	10:00-11:30 og 11:45-13:15	Viking Campus, Eidsvåg	2011-2010 / 2009-2008

JENTER OG GUTTER F. 2011-2008 SONE 1-3			
DATO	TIDSPUNKT	HALL	TEMA
23.09.2023	Kommer	Trivselshagen	
21.10.2023	Kommer	Førdehuset	
10.02.2024	Kommer	Førdehuset	
13.04.2024	Kommer	Førdehuset	

LANDSDELSSAMLING 17 ÅR

Født 2006

BESKRIVELSE AV TILTAKET:

Landsdelsamling er kun for utøvere født 2006. Landsdelsamlingene skal bidra til å sikre en tydelig faglig link mellom det regionale spillerutviklingsmiljøet og det sentrale landslagsmiljøet. Samlingene vil bestå av en kombinasjon av håndballtrening, fysisk trening og kamp. Hver region tar ut 21 jenter og 21 gutter til hver samling. Samlingene vil bli gjennomført sammen med Region Sør-Vest.

HVA ER VI PÅ JAKT ETTER? FOR HVEM ER TILTAKET?

Vi ser etter spillere som vi mener oppfyller flest mulig av følgende punkter:

- Er ekstra treningsvillige (gode holdninger til trening og viser «stå-på-vilje»)
- Viser spilleforståelse
- Har spennende fysiske forutsetninger (eks. høyde, spenst, hurtighet, koordinasjon, etc.)
- Viser gode individuelle ferdigheter (eks. taktisk forståelse, mentale ferdigheter, kast- og mottaksferdigheter)
- Har spisskompetanse (eks. duellspill 1 mot 1, forsvarsferdigheter, skudd, finter, etc.)
- Viser håndballinteresse
- Har stor vinnervilje
- Nivået og potensialet til hver enkelt spiller vil være avgjørende for om spilleren blir kalt inn til Landsdelsamlinger

PÅMELDING / UTTAK?

De som blir kalt inn på samling tas ut på bakgrunn av tidligere sesongers aktivitet, innspill fra forrige sesongs spillerutviklere, prestasjoner i klubb og innspill av klubber/trenere. Trenere i klubbene kan melde inn spillere som utvikler seg i løpet av sesongen. Dette gjøres ved å sende en e-post til kontaktperson for tiltaket.

VIKTIGE DATOER

DATO	TIDSPUNKT	HALL
2., 3. & 4. februar	Kommer	Kommer

RETNINGSLINJER FOR DELTAGELSE PÅ SAMLING

For å delta på landsdelsamling er det en forutsetning at dette er eneste aktivitet for utøveren denne dagen. Vi ønsker ikke at utøveren går på klubbtrening eller kamp samme dag. Dette grunnet totalbelastning for utøveren. En annen forutsetning er at utøveren er skadefri og kan delta for fullt. Videre er det et ønske at spillers klubbtrener er til stede på samling.

KONTAKTPERSON TILTAK

Ulrik Risberg: ulrik.risberg@handball.no / 92449645

PRISER FOR TILTAK

Tiltaket koster 1750-, kr pr. spiller pr. samlingshelg og faktureres klubb etter endt sesong.

Mer informasjon om spillerutvikling 17 år finner du enten via [lenken](#) eller QR-koden:



REGIONALE LANDSLAGSMILJØ

BESKRIVELSE AV TILTAKET:

Regionale landslagssamlingsmiljø er kartleggings-samlinger for de av våre utøvere som kan sees på som aktuelle for sentrale landslag. Hver sesong er det regionale samlinger knyttet opp mot de 4 yngste landslagene våre. For sesongen 2023-2024 gjelder det følgende landslag:

- LK06
- LM06
- LK08
- LM08

Disse spillerutviklingsmiljøene har 4 samlinger gjennom sesongen, 2 før jul og 2 etter jul. Landslagstrener er til stede på 2 av samlingene. Aktiviteten berammes til dagtid i Bergensområdet.

HVILKE SPILLERE BLIR KALT INN?

De som blir kalt inn på første samling tas ut på bakgrunn av tidligere sesongers aktivitet og etter innspill av klubber/trenere.

HVORDAN FÅ MED NYE SPILLERE?

Trenere i klubbene kan melde inn spillere som utvikler seg i løpet av sesongen. Dette gjøres ved å sende en e – post til kontaktperson for tiltaket.

PÅMELDING / UTTAK?

Uttak gjøres av regional landslagstrener.

SAMLINGSDATOER

LK06	LK08	LM06	LM08
19.09.2023	14.09.2023	10.10.2023	10.10.2023
01.11.2023	05.12.2023	21.11.2023	21.11.2023
11.01.2024	16.01.2024	16.01.2024	16.01.2024
14.03.2024	19.03.2024	27.02.2024	27.02.2024

RETNINGSLINJER FOR DELTAGELSE PÅ SAMLING

For å delta på regionale landslagssamlinger er det en forutsetning at dette er eneste aktivitet for utøveren denne dagen. Vi ønsker ikke at utøveren går på klubbtrening eller kamp samme dag. Dette grunnet totalbelastning for utøveren. En annen forutsetning er at utøveren er skadefri og kan delta for fullt.

KONTAKTPERSON TILTAK

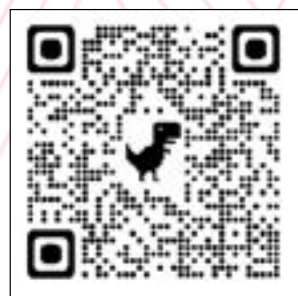
LM06 & LK06 Ulrik Risberg: ulrik.risberg@handball.no / 92449645

LM08 & LK08 Johan Johnsson: johan.johnsson@handball.no / 41123377

PRIS

Regionale landslagssamlinger er gratis.

Mer informasjon om regionalt utviklingsmiljø finner du enten via [lenken](#) eller QR-koden:



REGIONALT UTVIKLINGSMILJØ

BESKRIVELSE AV TILTAKET:

RUM er et tiltak for de beste spillerne født 2006 - 2009 i sone 1-3. Deltagelse på RUM kan føre til uttak på andre regionale tiltak som bylag og regionslag.

HVA ER VI PÅ JAKT ETTER? FOR HVEM ER TILTAKET?

Vi ser etter spillere som vi mener oppfyller flest mulig av følgende punkter:

- Er ekstra treningsvillige (gode holdninger til trening og viser «stå-på-vilje»)
- Viser spilleforståelse
- Har spennende fysiske forutsetninger (eks. høyde, spenst, hurtighet, koordinasjon, etc.)
- Viser gode individuelle ferdigheter (eks. taktisk forståelse, mentale ferdigheter, kast- og mottaksferdigheter)
- Har spisskompetanse (eks. duellspill 1 mot 1, forsvarsferdigheter, skudd, finter, etc.)
- Viser håndballinteresse
- Har stor vinnervilje

PÅMELDING / UTTAK?

Det er RUM-trener i samråd med klubbtrenerne og med NHF Region Vest som bestemmer hvem som skal delta på de ulike samlingene. Det er fullt mulig for en spiller som utvikler seg positivt og som oppfyller noen av de kriteriene som er nevnt ovenfor å komme med i løpet av sesongen selv om han/hun ikke var med på de første samlingene. På samme måte er det mulig å falle ut dersom trener for tiltaket ikke ser den utviklingen som er ønsket. Derfor er det viktig med god kommunikasjon mellom klubbtrenerne og RUM-trener. For at det ikke skal bli for stor belastning på enkeltspillere så kan spillere som blir tatt ut på Bylag, RLM, LDS osv. stå over enkelte av RUM-samlingene.

Vi presiserer at dette er et tiltak for utøverne i sone 1-3 som er kommet lengst i sin utvikling og/ eller har et utviklingspotensial og ber klubber melde inn utøver ut fra dette.

VIKTIGE DATOER

J2006/2007	J2008/2009	G2006/2007	G2008/2009
Kommer	Kommer	Kommer	Kommer
Kommer	Kommer	Kommer	Kommer

RETNINGSLINJER FOR DELTAGELSE PÅ SAMLING

For å delta på RUM er det en forutsetning at dette er eneste aktivitet for utøveren denne dagen. Vi ønsker ikke at utøveren går på klubbtrening eller kamp samme dag. Dette grunnet totalbelastning for utøveren. En annen forutsetning er at utøveren er skadefri og kan delta på for fullt. Utøvere med skader vil ikke bli tatt ut. Vi oppfordrer til at spillers klubbtrener er til stede på samlingene.

KONTAKTPERSON TILTAK

Ainor Naustdal: ainor.naustdal@handball.no / 91709715

Marianne Aakre Laugerud: marianneaakre.laugerud@handball.no / 97963421

PRISER FOR TILTAK

Tiltaket koster kroner 300-, per utøver per samling.

**Mer informasjon om regionalt landslag
finner du enten via [lenken](#) eller QR-koden:**



• Fair Play • Begeistring
• Innsatsvilje • Respekt •



Norges
Håndballforbund
Region Vest