

## INNKALLING

NHF Region Nord innkaller til spillersamling.

<b>Miljø</b>	<b>Fylkessamling</b>
<b>Målgruppe</b>	<b>Gutter født 2004</b>
<b>Dato og sted</b>	<b>Onsdag den 4. april 2018</b> <b>Vestneshallen</b>
	<b>1815:</b> Oppmøte og oppvarming på eget ansvar
	<b>1830-2010:</b> Økta
	<b>2010-2020:</b> Oppsummering og avslutning
<b>Trenerteam</b>	Stian Vatne og Vedrana Terzic
<b>Kontakt</b>	Spørsmål fra spillere og melding om forfall: Tore Hjelseth - 901 25 402 (besvar mottatt SMS fra Tore) Spørsmål vedr uttak (foresatte ber vi rette sine spørsmål via spillerens klubbtrener): Stian Vatne – 928 12 005
<b>Annet</b>	Det bes om at forfall meldes så tidlig som mulig grunnet planlegging av økten. Forfall skal være begrunnet og manglende forfall/begrunnelse medfører at man ikke blir vurdert til neste samling. Hver enkelt spiller tar med seg tilstrekkelig med mat. Tema for samlingen er finteteknikk.

**Vel møtt!**

Med vennlig hilsen

**NHF Region Nord**

Tore Hjelseth

Teamleder Spillerutvikling

## Om vår regionale spillerutvikling

### Deltakelse Regionalt Landslag og/eller Fylkessamlinger

Vårt mål er at spillere opplever inspirasjon, veiledning, tilført kunnskap, stimulert sine holdninger og øvd sine ferdigheter sammen med andre motiverte spillere.

### Hensikten med Regionalt Landslag og/eller Fylkessamlinger

#### Spillere kan forvente

- Inspirasjon
- Bli sett / tilbakemelding
- Opplever høy aktivisering og hensiktsmessige øvelser
- Konkretisering
- Utfordret på refleksjon
- Utvilingsoppgaver

#### Region forventer

- Innsatsvilje
- Lærevillighet
- Selvstendighet
- Oppgaveorientert

#### Region gjennomfører samlinger for å

- Avdekke motivasjon og holdninger
- Påvirke ferdigheter
- Kartegge til yngre landslag og/eller regionalt landslag

Vår ambisjon er å MOTIVERE til mer selvstendighet og ansvarlighet i daglige treningsarbeid. Dette fordi det er i det daglige treningsarbeidet størst utvikling og påvirkning skjer.

Samlinger i regional regi kan sammenlignes med hospitering i klubb (les; hospitering utenfor klubb).

Med utgangspunkt i dine ambisjoner er det noen setninger / verdier / holdninger som peker ut retningen på vårt utviklingsarbeid:

**"Lyst og vilje til å øve mye og motivasjon til å lære"**

**"Det er meg selv det kommer an på"** Det er spilleren selv som må gjennomføre alle treningstimer med kvalitet

**"Jeg blir det jeg gjør"** Ønsker man å øve hurtighet, må eksplosivitet / skarphet og start-stopp-start terpes ofte

**"Det jeg vet har jeg godt av"** Kosthold, væske, restitusjon (inkl god natt søvn), osv

### Våre møteplasser

Spillere som er i målgruppen til regional spillerutvikling kan bli innkalt til:

- Fylkessamling - fire økter per halvår
- Regionalt Landslag - tre samlinger a to økter per halvår
- I tillegg "kjemper" de som danner Regionalt Landslag om deltakelse på repr.lag - Bylag eller Regionslag.

### Om samling og din deltakelse

Senest to uker før hver samling mottar innkalte spillere SMS.

I SMS fremkommer nødvendig informasjon om samlingen man er innkalt til.

I hvert innkallingsdokument sees kommende samlinger. **Oppfordrer spillerne til å merke seg disse datoene med tanke på eventuelt videre uttak.**

Forfall eller praktiske spørsmål knyttet til samlingen rettes oppgitt person på side 1.

Sykdom/skade – varsle så fort skade/sykdom oppstår.

*Hvis du har vært forhindret fra å trene for fullt de to siste dagene før samling forventes forfall.*

Gjennom deltakelse på samlinger i regional regi ønsker vi å bevisstgjøre spillerne til å bli selvstendig i sitt treningsarbeid. I dette ligger bl.a. at spilleren selv tar ansvar for å innhente svar på sine spørsmål. I tillegg loggføre trening, reflektere over egen utvikling, sette seg konkrete personlige utviklingsmål, osv

Som foresatte vil man det beste for sin ungdom. Vi mener at det beste for alle ungdommer er at foresatte oppfordrer og støtter ungdommen til å ta ansvar. Videre håper vi at vårt verdi-grunnlag\* er noe å strekke seg etter i samtalen(e) om samlingen i etterkant. \*) *Begeistring – Innsatsvilje – Respekt og Fair-Play*

Spørsmål om uttak rettes til oppgitt kontaktperson. Her har vi som policy at det er klubbtrener og ikke foresatte som henvender seg med uttaksspørsmål. Vi ber om at alle foresatte respekterer dette.

### Totalaktivitet og tilrettelegging i hverdagen

Etter samling bør spiller vente med ny trening til neste dag.

Vårt ønske er at klubb legger til rette for at innkalte spillere er "fit for fight" til samling. Dagene før samling bør være lagt til rette treningsmessig og eventuelt deltakelse kamp. Er det mulig styres spiller unna kamp dagen før samling.

Mellom samlingene, det vil si 4-6 uker, oppfordrer vi klubbene til å legge til rette for spillerutvikling.

Med det mener vi bl.a.:

- Balanse mellom treninger og kamp, utgangspunkt er 3 treninger mellom hver kamp.
- Kandidater til våre arenaer får en treningspåvirkning i klubbregi som ivaretar utvikling. Vi er opptatt av at helheten til spilleren blir ivaretatt igjennom:
  - Ca 1/3 trening sammen med spillere som har kommet lengre (differensiering / hospitering).
  - Hver klubbtrening med øving i spillesituasjoner som er kamplike (spesifisitet).
  - Hver klubbtrening minimum 1/3 med fys-trening (prestasjonsfremmende og utvikle forutsetningene).
  - Egentrening med fokus mental - og fys-trening.

I vår idrett gjennomføres mange av kampene i helger. Viktig at klubb vurderer hver enkelt spiller sin totalbelastning over tid, slik at utgangspunktet "3 - 1" holdes så godt det lar seg gjøre.

### Regional målsetting

Regionens målsetting med spillerutvikling er å legge til rette for en kultur med positive holdninger og ferdighetsutvikling.

**Vårt hovedmål er å bidra til at det innkalles en ny spiller på seniorlandslagene hvert år og at vi er representert med ca 20% på yngrelandslagene.**

Høsten 2017 gjennomføres en målsettingsprosess for vår regionale spillerutviklingsaktiviter. Denne baserer seg blant annet på mottatt evalueringer fra spillere i forkant av Talentsamlingene.

### Spiller- og trenerutvikling regional regi – NHF Region Nord

Region tilbyr spillere og klubbtrenere møteplasser for ekstra påvirkning.

- 13 åringer høst Trenerskole mange steder i region (fokus **trenerutvikling** og spillere med for at trenere får praktisere)
- 14 åringer vår Fylkessamlinger seks steder i region
- 14 åringer høst Trenerskole mange steder i region (fokus trenerutvikling og spillere med for at trenere får praktisere)
- 15 åringer vår Fylkessamlinger seks steder i region og felles Talentsamling slutten av juni
- 15 åringer høst Fylkessamlinger seks steder i region og Regional Landslag
- 16 åringer vår Fylkessamlinger ... , Regional Landslag, repr.lag "Bylag" og felles Talentsamling slutten av juni
- 16 åringer høst Fylkessamlinger seks steder i region og Regional Landslag
- 17 åringer vår Fylkessamlinger ... , Regional Landslag, repr.lag "Regionslag" og felles Talentsamling slutten av juni
- 17 åringer høst (Fylkessamlinger seks steder i region) og Regional Landslag
- 18 åringer vår Regional Landslag og repr.lag "Regionslag"

For mer informasjon om våre modell for spillerutvikling oppsøk [www.handball.no](http://www.handball.no).

Telefon: +47 48 06 81 81 | Internett: [www.handball.no](http://www.handball.no) | E-post: [nhf.rmn@handball.no](mailto:nhf.rmn@handball.no) | Post- og besøksadresse: Norges Håndballforbund Region Nord, Ingvald Ystgaards veg 3A, 7047 TRONDHEIM  
Bankgiro: 4242 05 01514 | Org.nr: 884 594 472 MVA

### Innkalte spillere:

Petter Nygaard	Eikrem	Aksla IL	Bakspiller midtre
Sigurd Austnes	Helland	Aksla IL	Bakspiller midtre
Oliver	Nedregaard	Aksla IL	Målvakt
Tomas	Risvik	Aksla IL	Bakspiller venstre
Villak	Bjørlykke	Bergsøy IL	Linjespiller
Arin	Nørvåg	Bergsøy IL	Kantspiller venstre
Pål	Sørdal	Bergsøy IL	Bakspiller høyre
Kristoffer	Florvaag	Blindheim IL	Målvakt
Martin	Hatløy	Blindheim IL	Kantspiller høyre
Magnus	Teige	Blindheim IL	Bakspiller venstre
Noah	Henøen	Elnesvågen og Omegn IL	Bakspiller venstre
Eskild Kaland	Lindseth	Elnesvågen og Omegn IL	Bakspiller midtre
Sondre Åkvik	Øvermo	Elnesvågen og Omegn IL	Linjespiller
August	Hestholm	Hødd IL	Bakspiller midtre
Gabriel	Løset	Hødd IL	Kantspiller høyre
Ole	Nordh	Kristiansund HK	Bakspiller høyre
Stian	Tømmervåg	Kristiansund HK	Kantspiller venstre
Jackson Jado	Lwal	Midsund IL	Bakspiller venstre
Fabian	Hafstad	Molde HK	Målvakt
Sigurd	Lerøen	Molde HK	Linjespiller
Heine	Monsås-Gjøvik	Molde HK	Bakspiller midtre
Espen Singstad	Talseth	Molde HK	Bakspiller venstre
Iver Berg	Hellebust	MSIL	Kantspiller venstre
Jakob Finholt	Solevåg	MSIL	Bakspiller venstre
Trym Vogt	Hattrem-Johansen	Rival	Bakspiller midtre
Sindre Forså	Hovdenes	Rival	Linjespiller
Henrik Hol	Weum	Rival	Kantspiller venstre
Phillip	Haga	Spjelkavik IL	Bakspiller høyre
Gard Lausund	Sund	Spjelkavik IL	Bakspiller venstre
Jonas S.	Osborg	Ørsta IL	Målvakt
Daniel Fagerhol	Vartdal	Ørsta IL	Bakspiller høyre

Telefon: +47 48 06 81 81 | Internett: [www.handball.no](http://www.handball.no) | E-post: [nhf.rmn@handball.no](mailto:nhf.rmn@handball.no) | Post- og besøksadresse: Norges Håndballforbund Region Nord, Ingvald Ystgaards veg 3A, 7047 TRONDHEIM  
Bankgiro: 4242 05 01514 | Org.nr: 884 594 472 MVA

### **Kommende samlinger (med forbehold):**

Til høsten blir det sannsynligvis ny runde med Trenereskolen, for mer info se [her](#)