

## INNKALLING

NHF Region Nord innkaller til spillersamling.

<b>Miljø</b>	<b>Fylkessamling</b>
<b>Målgruppe</b>	<b>Gutter født 2001 og 2002</b>
<b>Dato og sted</b>	<b>Torsdag 25. oktober 2018</b> <b>Trondheim Spektrum - Nidarøhallen D2</b>
	<b>16:45</b> Oppmøte
	<b>17:00 - 19:00</b> Økt
	<b>19:00 - 19.15</b> Oppsummering og utviklingsmål/-oppgaver til neste samling
<b>Trenersteam</b>	Alf Tore Nilsen og Christian Winge Johansen
<b>Kontakt</b>	Spørsmål fra spillere + forfall: Bjørn Almåsbakk – 482 63 885 Spørsmål vedr uttak (foresatte ber vi rette sine spørsmål via klubbtrener): Bjørn Almåsbakk – 482 63 885
<b>Annet</b>	Det bes om at forfall meldes så tidlig som mulig grunnet planlegging av økten.  Forfall skal være kort begrunnet og manglende forfall/begrunnelse medfører at man ikke blir vurdert til neste samling.  Hver enkelt spiller tar med seg tilstrekkelig med mat.  Hver enkelt spiller organiserer selv sin reise til samlingen.

***Vel møtt!***

Med vennlig hilsen  
**NHF Region Nord**  
Bjørn Almåsbakk  
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 yngrelandslag 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 treningstidene 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 denne sesongen

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

- Fylkessamling - tre økter per halvår (tilpasninger)
- Regionalt Landslag - minimum to samlinger a to økter per halvår
- I tillegg "kjemper" de som danner Regionalt Landslag om deltakelse på Bylag (2003ere) eller Landsdelssamling (2001ere).

### Om samling og din deltakelse

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.

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. \*) *Begeistring – Innsatsvilje – Respekt og Fair-Play*

### 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 ivare tatt 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 treninger - 1 kamp" 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.**

## Spillerutvikling regional regi – NHF Region Nord

Region tilbyr spillere og klubbtrenerer 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	Endres sesongen 2018/2019 - forlenger Trenerskole; kampdager/-kvelder
14 åringer høst	Trenerskole mange steder i region (fokus trenerutvikling og spillere med for at trenere får praktisere)
15 åringer vår	Fylkessamlinger 5 steder i region og felles Talentsamling slutten av juni
15 åringer høst	Fylkessamlinger 5 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 5 steder i region og Regional Landslag
17 åringer vår	Fylkessamlinger 5 steder i region og Regional Landslag
17 åringer høst	(Fylkessamlinger 5 steder i region), Regional Landslag og Landsdelssamling
18 åringer vår	Regional Landslag og Landsdelsamling

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

## Innkalte spillere

Niklas S.	Laugen	Charlottenlund	Bak høyre
Jørgen	Groven	Charlottenlund	Bak venstre
Simen	Svensson	Charlottenlund	Kant venstre
Jonathan Å.	Bromet	Charlottenlund	Linje
Olav Hegge	Hansen	Charlottenlund	Målvakt
Erik Martin	Kallestad	Charlottenlund	Bak midtre
Greger	Reitan	Charlottenlund	Bakspiller
Christian Bjørgum	Bjørnaas	Heimdal	Bakspiller
Adrian	Ulriksen	Melhus/Gimse	Bak venstre
Svein Aage	Langørgen	Melhus/Gimse	Kant venstre
Anders Jordan	Kaasen	Melhus/Gimse	Linje
Odin	Aarvik	Melhus/Gimse	Målvakt
Grim Amdal	Ledang	Namsos HK	Kantspiller venstre
Iver	Holter	Rapp	Linje
Erlend	Sakshaug	Rapp	Kant høyre
Casper Kvarme	Kristoffersen	Selbu	Bak Høyre
Erlend	Lysø	Selbu	Bak midtre
Kristian Aftret	Haave	Selbu	Linje
Joakim	Stene	Selbu	Målvakt
Falk	Gangåssæter	Heimdal	Målvakt
Frode Armand	Valla	Steinkjer HK	Bakspiller venstre
Odin	Gudmundsen	Steinkjer HK	Bak venstre
Sander	Myrvold	Steinkjer HK	Bakspiller
Andreas	Haagensen	Strindheim	Bak midtre
Stian	Hokstad	Strindheim	Kant høyre
Erling Skogstad	Norddal	Utleira	Bak høyre
Bendik	Myren	Charlottenlund	Bakspiller
Elias R.	Sæteraas	Melhus/Gimse	Bakspiller
Magnus Moe	Sæter	Sverresborg	Bakspiller
Sander	Aleksandersen	Ranheim	Bakspiller venstre
Simen	Fjeld	Ranheim	Bakspiller
Adrian	Juul	Charlottenlund	Kantspiller
Mads	Solem	Sverresborg	Linjespiller

Truls	Westrum	Sverresborg	Kant venstre
Jonas Dahle	Østerli	Sverresborg	Kant høyre
Anders	Lundemo	Sverresborg	Bakspiller
Imre	Buhaug	Vikhammer	Bakspiller
Markus	Grindberg	Namsos HK	Bakspiller midt

### Kommende samlinger:

Fylkessamlinger høst (med forbehold om endringer) 22.11.2018 og 17.12.18	Regionalt Landslag for G2002 18.11.2018, 06.02.2019 og 11.04.2019 Regionalt Landslag for G2001 08.11.2018, 06.02.2019 og 11.04.2019
---	--