

## INNKALLING

NHF Region Nord innkaller til spillersamling.

<b>Miljø</b>	<b>Fylkessamling</b>
<b>Målgruppe</b>	<b>Gutter født 2003</b>
<b>Dato og sted</b>	<b>Torsdag 8. november 2018</b> <b>Trondheim Spektrum - Nidarøhallen D2</b>
	<b>16:45</b> Oppmøte, se innkalling under
	<b>17:00 - 18:45</b> Økt
	<b>18:45 - 19.00</b> Oppsummering og utviklingsmål/-oppgaver til neste samling
	<b>18:45</b> Oppmøte, se innkalling under
	<b>19:00 - 20:45</b> Økt
	<b>20:45 - 21:00</b> Oppsummering og utviklingsmål/-oppgaver til neste samling
<b>Trenersteam</b>	Alf Tore Nilsen og
<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 spillsituasjoner 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 Landsdelsamling
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

#### Oppmøte 16:45

Hans Martin	Midtbø	Charlottenlund	Kantspiller venstre
Erik Torsson	Hoel	Charlottenlund	Målvakt
Bjørnar	Husby	Freidig	Bakspiller
Simen	Skjeløy	Freidig	Bakspiller midtre
Frederik	Meyer Nilsen	Freidig	Bakspiller
Andreas	Hergren	Klæbu IL	Bakspiller
Erik	Thome	Klæbu IL	Kantspiller
Isak Børseth	Myhr	Klæbu IL	Kantspiller høyre
Håvard	Heggem	Klæbu IL	Bakspiller midtre
Jesper	Ulvang	Klæbu IL	Målvakt
Håkon	Bellingmo	Melhus/Gimse	Linjespiller
Viktor	Mathisen	Melhus/Gimse	Bakspiller
John Oddvar	Bodsberg	Melhus/Gimse	Bakspiller midtre
Oliver	Bratt	Ranheim	Linjespiller
Magnus	Gustavsen	Ranheim	Bakspiller høyre
Brage	Westerlund	Stjørdals-Blink	Kantspiller høyre
Ulrik	Gjeving	Stjørdals-Blink	Bakspiller
Håkon Høyem	Olsen	Sverresborg	Bakspiller venstre
Laurits	Time	Sverresborg	Målvakt
Brage	Nordahl	Sverresborg	Bakspiller midtre
Adrian	Slettahjell	Tiller	Bakspiller
Martin	Antonsen	Tiller	Linjespiller
Benjamin	Furunes	Tiller	Flerposisjon

**Oppmøte 18:45**

Bendik	Seljemark	Byåsen	Målvakt
Magnus Vinje	Krosby	Byåsen	Bakspiller
Sander Folland	Wold	Byåsen	Kantspiller venstre
Martin	Røstad	Charlottenlund	Bakspiller midtre
Kristian	Edwardsen	Charlottenlund	Bakspiller midtre
Sindre	Svendsen	Charlottenlund	Målvakt
Holger Ekker	Setten	Charlottenlund	Kantspiller
Ludvik	Hestnes	Hitra IL	Bakspiller midtre
Henrik Sørensen	Skjervold	IL Fram	Bakspiller høyre
Brage Pettersen	Aarstein	IL Fram	Målvakt
Mats Krøke	Steinvik	IL Fram	Kantspiller høyre
Brage	Pettersen-Lund	Malvik	Linjespiller
Tomas	Østbyhaug	Selbu IL	Linjespiller
Johan	Røset	Selbu IL	Bakspiller venstre
Kristian	Rønning	Sparbu	Linjespiller
Sigve Marlon	Salberg	Sparbu	Bakspiller
Sindre Oslo	Jule	Sparbu	Bakspiller
Bror Helgaas	Westrum	Steinkjer HK	Bakspiller
Chris	Kamp	Steinkjer HK	Bakspiller
Jakob	Bratberg	Steinkjer HK	Bakspiller
Sondre	Stamnes	Steinkjer HK	Kantspiller
Olaf Skamfer	Evenmo	Strindheim	Bakspiller
August Østby	Stener	Strindheim	Bakspiller

**Kommende samlinger:**

Fylkessamlinger høst (med forbehold om endringer) 08.11.2018 og 13.12.18	Regionalt Landslag for G2003 31.10.2018, 06.02.2019, 14.03.2019 og 11.04.2019
---	--