

INNKALLING

NHF Region Nord innkaller til spillersamling.

Fylkessamling for spillere født 2002 og 2003 Nordland - jenter og gutter

Fredag 30. november - lørdag 01. desember 2018, Mo I Rana - Ytternhallen

Samlingen ledes av: Kjell Einar Westrum, Rune Mølnevik og Bøje Kamp.

Eventuelle spørsmål og/eller forfall (begrunnet) sendes som SMS til: 909 33 353 (Geir Nicolaysen).

Program - fredag 30.11.2018

Oppmøte og innsjekk skole/klubbhus - 18:00 (jenter) og 18:45 (gutter)

Trening 1 - 19:00 (jenter) og 20.30 (gutter).

Måltid etter trening.

Ro etter anvisning fra vertskap - *spillere som ikke respekterer ro-signal får ikke delta lørdag.*

Program - lørdag 01.12.2018

Utsjekk skole/klubbhus mellom treningene.

Frokost før første trening.

Trening 2 - 09:00 (jenter) og 10.30 (gutter).

Måltid etter trening - husk smøre matpakke.

Trening 3 - 13:00 (jenter) og 14.30 (gutter).

For å ivareta bespisning (måltider) og våken vakt om natten har vi gjort avtale med en vertskapsklubb. Tidspunkt og sted for måltider får dere beskjed om ved oppmøte.

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 mellom-mat (energibarer eller tilsvarende).

Se også på slutten av innkallingsdokumentet vedr reiseutgiftsfordeling, kost og losji.

Alle spillere (sammen med sin klubb) organiserer selv sin reise.

Vel møtt!

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 treningstimene 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

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 - se kontaktinfo 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 for egen utvikling. 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 trening 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 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 klubbtrenerne 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.

Innkalte spillere - jenter

FORNAVN	ETTERNAVN	KLUBB	POS-P	POS-S
Emma	Karlsson	Bodø HK	Linjespiller	
Maia	Småbakk	Bodø HK	Bakspiller høyre	Linjespiller
Maria	Hongset	Bodø HK	Kantspiller høyre	Bakspillerhøyre
Mille	Toppøhøj	Bodø HK	Bakspiller høyre	Bakspillermidtre
Hannah Marie	Willumsen	Bodø HK	Bakspiller midtre	Bakspillervenstre
Krista	Nordgård	Bodø HK	Kantspiller venstre	Kantspillerhøyre
Maria	Jørgensen	Bodø HK	Kantspiller høyre	Kantspiller venstre
Silje	Sæterhaug	Bodø HK	Målvakt	
Tilde	Evjen	Bodø HK	Bakspiller venstre	Bakspille rmidtre
Mari K.	Berntzen	Bossmo&Ytteren	Bakspiller midtre	Bakspiller venstre
Tina K.	Olsen	Bossmo&Ytteren	Bakspiller høyre	Bakspiller midtre
Tuva Haugane	Kristensen	Bossmo&Ytteren	Bakspiller venstre	Bakspiller midtre
EmilieRenée	Hovd	Bossmo&Ytteren	Linjespiller	Kantspiller venstre
Karoline Hennie	Lillegård	Bossmo&Ytteren	Bakspiller høyre	Bakspiller venstre
Marte Beate	Sundquist	Bossmo&Ytteren	Kantspiller venstre	Linjespiller
Synne Josefine	Hauahei	Bossmo&Ytteren	Målvakt	
Ida	Elvestad	Junkeren	Kantspiller venstre	Kantspiller høyre
Julie	Mjelde	Junkeren	Bakspiller venstre	Bakspiller høyre
Mia Sofie	Hansen	Junkeren	Kantspiller høyre	Kantspiller venstre
Nora	Holmvik	Junkeren	Linjespiller	
Helle B.	Wangsvik	Mosjøen HK	Bakspiller venstre	Bakspiller midtre
Maria	Nyland	Mosjøen HK	Bakspiller midtre	Bakspiller venstre
Silje Erica	Kristensen	Rognan	Kantspiller høyre	Bakspiller høyre
Ida	Øyen	Sandnessjøen	Målvakt	
Julie	Henriksen	Sandnessjøen	Bakspiller midtre	Bakspiller venstre
Marion Eline	Mordal	Valnesfjord	Bakspiller høyre	Bakspiller midtre
Ronja P.	Pavall	Valnesfjord	Linjespiller	
Tiril	Ingvaldsen	Valnesfjord	Bakspiller midtre	Bakspiller venstre
Ulrikke	Wisth	Valnesfjord	Bakspiller venstre	Bakspiller midtre

Eva Bredal	Engan	Valnesfjord	Bakspiller venstre	Bakspiller høyre
Helen	Borrack	Valnesfjord	Målvakt	
Reserver - Får beskjed hvis ønske om å erstatte spiller som har meldt forfall				
Vårild R.	Lamo	Bossmo&Ytteren	Linjespiller	Kantspiller venstre
Mia Loftfjell	Løkberg	Bossmo&Ytteren	Målvakt	
Mie Therese	Nyheim	Junkeren	Målvakt	
Una	Kristjansdottir	Junkeren	Bakspiller midtre	Bakspiller venstre
Alma	Skaugerud	Junkeren	Kantspiller venstre	Kantspiller høyre
Cornelia	Kristiansen	Junkeren	Bakspiller midtre	Bakspiller venstre
Julie Elise	Sæthre	Junkeren	Kantspiller venstre	Bakspiller midtre
Linnea J.	Alvestad	Junkeren	Linjespiller	Bakspiller venstre
Jenny Trones	Wenberg	Valnesfjord	Kantspiller venstre	Kantspiller høyre

Innkalte spillere - gutter

FORNAVN	ETTERNAVN	KLUBB	POS-P
Alexander Bergseth	Jullumstrø	Bodø HK	Bakspiller høyre
Elias Erdahl	Haakstad	Bodø HK	Linjespiller
Isak	Rokkan	Bodø HK	Målvakt
Nikolai	Ellingsen	Bodø HK	Kantspiller venstre
Marius Aune	Olsen	Bossmo&Ytteren	Bakspiller venstre
Emil Alte	Svendsen	Bossmo&Ytteren	Bakspiller midtre
Henrik Pettersen	Granheim	Bossmo&Ytteren	Bakspiller høyre
Daniel Tafjord	Nilssen	Brønnøysund	Kantspiller venstre
Kristian Angel	Lyngøy	Brønnøysund	Bakspiller midtre
Noah	Brekke	Brønnøysund	Målvakt
Alexander	Salamonsen	Sandnessjøen	Målvakt
August	Vean	Sandnessjøen	Bakspiller venstre
Gabriel	Selnes	Sandnessjøen	Linjespiller
Jakob Flataker	Botn	Sandnessjøen	Bakspiller midtre
Marius	Nilsen	Sandnessjøen	Kantspiller venstre
Oliver	Holmvik	Sandnessjøen	Bakspiller venstre
Sander	Kristiansen	Sandnessjøen	Bakspiller høyre
Erik Andre Nydahl	Gaard	Sømna	Kantspiller venstre
Gunnar Solli	Olsen	Sømna	Målvakt
Nikolay	Knygh	Sømna	Bakspiller midtre

Praktisk informasjon tilreisende spillere - samme info meddelt i innmeldingsprosessen

Kost og losji

Gjelder Finnmark

Samlingssted rulleres i løpet av sesongen. Derfor ingen reisefordeling.

Klubb faktureres etterskuddsvis for hver enkelt spiller som deltar på Fylkessamling.

Fakturabeløpet dekker vertskapsklubb sine utgifter til kost og overnatting flatseng på skole/klubbhus.

Kost, losji og reisefordeling

Gjelder Troms og Nordland

Se over vedrørende kost og losji.

«Spiller/klubb med kort reiser betaler mest og de med lang reise betaler mindre».

Bosted til de uttatte styrer beregning.

Vårt utgangspunkt;

→ Samkjøring når dette er hensiktsmessig reisemåte.

→ Reise utover 250 kilometer får redusert beløp kost/losji-faktura eller kreditering

→ Utrekning gjøres etter hvert samling.

Kommende samlinger (med forbehold om endringer):

26.- 27.01.2019	(2002-) 2003 og 2004
06.- 07.04.2019	(2002-) 2003 og 2004 - fastsatt helg uavhengig av kollisjon med klubbturnering
21.- 24.06.2019	Regional Talentsamling 2004 (Orkanger)