

## INNKALLING

NHF Region Nord innkaller til spillersamling.

**Fylkessamling for spillere født 2002-2003 og 2004 Nordland - jenter og gutter**

**Lørdag 06. - søndag 07. april 2019, Mo I Rana - Ytternhallen**

**Samlingen ledes av: Kjell Einar Westrum, Rune Mølnvik, Bøje Kamp og Mette Henriksen.**

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

*Tross kolisjon med stor klubbturnering må dessverre samlingen ligge denne helgen. Vi har stor forståelse for at helgen vi måtte velge kan medføre utfordringer deltakelse turneringsspill. Senest mai måned hvert år plasseres helg-samlingene i samråd med våre klubbbrådgivere. I dette arbeidet vurderes flere faktorer opp mot hverandre. Sesongens tredje samlingen var utfordrende å plassere grunnet:*

*>> buffer-helg (30.- 31.03) for å innplassere eventuelt utsatte kamper på tampen av sesongen (sluttspill 27.- 28.04).*

*>> grunnet påskehelgene (uke 14 og 15).*

*>> uttak brutto-tropp Regional Talentsamling for 2004 (helgen etter påske er for seint)*

*Da sto vi igjen med kun 1 helg – 06.- 07.04.2019.*

### **Program - lørdag 06.04.2019**

Oppmøte ved hallen (innsjekk) - 12:45 (jenter) og 14:15 (gutter)

Trening 1 - 13:30 (jenter) og 15.00 (gutter) - f.2002-03 håndballøkt og f.2004 fys-økt

Fruktmåltid

Trening 2 - 17:00 (jenter) og 18.30 (gutter) - f.2002-03 fys-økt og f.2004 håndballøkt

Måltid etter trening.

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

### **Program - søndag 07.04.2019**

Utsjekk skole/klubbhus mellom treningene.

Frokost før første trening.

Trening 3 - 08:00 (jenter) og 09.30 (gutter) - f.2002-03 håndballøkt og f.2004 fys-økt

Måltid etter trening - husk smøre matpakke.

Trening 2 - 12:00 (jenter) og 13.30 (gutter) - f.2002-03 fys-økt og f.2004 håndballøkt

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 (ikke mulig å tilpasse med tog lørdag).**

**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 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 ivarettatt 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](http://www.handball.no).

Uttak er basert på spillere mottatt per 10.03.2019.

## Minner om premissene for Fylkessamling (sett av innmelder via skjema utfylt for hver enkelt spiller):

- Uttak er basert på en helhet og enkelt setninger kan ikke alene brukes som argument ifm ønske om å endre uttak.
- Den enkelte samling baserer seg på deltakelse med +/- 25 spillere.
- Det er innmeldt veldig mange (venstre og midtre) bakspillere - alle disse er det ikke plass til på en samling. Årsaken til dette er at spillere som er innkalt forventer å få øve mye i "sin" spilleposisjon.
- Alle kan ikke bli innkalt første samling (gjelder spesielt jenter). Gjennom sesongen vil det erfaringsvis innkalles +/- 45 ulike spillere. Noen deltar 1 samling, mens andre deltar på flere samlinger.

## Angående video-opptak under samlingen

Fra idrettsforbundet:

<https://www.idrettsforbundet.no/nyheter/2019/hvilke-regler-gjelder-for-publisering-av-bilder-og-video-av-barn-i-idretten/>

Videopptak på Fylkessamling vil IKKE bli publisert via noen "internett-kanaler". Hensikten er å benytte videoopptakene internt til etterarbeid og referanse mellom våre Fylkesarenaene. I SMS-innkalling blir spillere bedt om å melde i fra hvis de ikke ønsker at de er med på opptak vi skal bruke i vårt etterarbeid.

## Innkalte spillere - jenter 2002-03

Emma	Karlsson	Bodø HK	Linjespiller	
Hannah Marie	Willumsen	Bodø HK	Bakspiller midtre	
Krista	Nordgård	Bodø HK	Kantspiller venstre	
Maia	Småbakk	Bodø HK	Bakspiller høyre	
Maria	Hongset	Bodø HK	Kantspiller høyre	
Maria	Jørgensen	Bodø HK	Kantspiller høyre	
<del>Mille</del>	<del>Toppø</del>	<del>Bodø HK</del>	Bakspiller høyre	Forfall
Silje	Sæterhaug	Bodø HK	Målvakt	
Tale Othelie	Johnsen	Bodø HK	Linjespiller	
Tilde	Evjen	Bodø HK	Bakspiller venstre	
Emilie Renée	Hovd	Bossmo & Ytteren	Linjespiller	Forfall
Mari K.	Berntzen	Bossmo & Ytteren	Bakspiller midtre	
Marte Beate	Sundquist	Bossmo & Ytteren	Kantspiller venstre	
<del>Mia Lofftjell</del>	<del>Løkberg</del>	<del>Bossmo &amp; Ytteren</del>	Målvakt	Forfall
<del>Synn Josefine</del>	<del>Hauahei</del>	<del>Bossmo &amp; Ytteren</del>	Målvakt	Forfall
Tina Konstanse	Olsen	Bossmo & Ytteren	Bakspiller høyre	
Tuva H.	Kristensen	Bossmo & Ytteren	Bakspiller venstre	

Cornelia	Kristiansen	Junkeren	Bakspiller midtre	
Ida	Elvestad	Junkeren	Kantspiller venstre	
Julie	Mjelde	Junkeren	Bakspiller venstre	
Linnea J.	Alvestad	Junkeren	Linjespiller	
<del>Mia Sofie</del>	<del>Hansen</del>	<del>Junkeren</del>	<del>Kantspiller høyre</del>	Forfall
Mie Therese	Nyheim	Junkeren	Målvakt	
<del>Nora</del>	<del>Holmvik</del>	<del>Junkeren</del>	<del>Linjespiller</del>	Forfall
Andrea Bergholt	Johansen	Rognan	Kantspiller venstre	
Silje Erica	Kristensen	Rognan	Kantspiller høyre	
Stine S.	Midtgård	Rognan	Bakspiller venstre	
Helen	Borrack	Valnesfjord	Målvakt	
Marion Eline	Mordal	Valnesfjord	Bakspiller høyre	
Tiril	Ingvaldsen	Valnesfjord	Bakspiller midtre	
Ulrikke	Wisth	Valnesfjord	Bakspiller venstre	
<del>Karoline Hennie</del>	<del>Lillegård</del>	<del>Bossmo &amp; Ytteren</del>	<del>Bakspiller høyre</del>	<i>Reserve - blir kontaktet hvis delta</i>
Anna	Orvik	Brønnøysund	Kantspiller venstre	<i>Reserve - blir kontaktet hvis delta</i>
Annika	Nystad	Brønnøysund	Bakspiller midtre	<i>Reserve - blir kontaktet hvis delta</i>
Inez Helene	Andersson	Brønnøysund	Kantspiller høyre	<i>Reserve - blir kontaktet hvis delta</i>
Julie Elise	Sæthre	Junkeren	Kantspiller venstre	<i>Reserve - blir kontaktet hvis delta</i>
Helle B.	Wangsvik	Mosjøen HK	Bakspiller venstre	<i>Reserve - blir kontaktet hvis delta</i>
Sofia	Valle	Mosjøen HK	Linjespiller	<i>Reserve - blir kontaktet hvis delta</i>
<del>Julie</del>	<del>Henriksen</del>	<del>Sandnessjøen</del>	<del>Bakspiller midtre</del>	<i>Reserve - blir kontaktet hvis delta</i>

### Innkalte spillere - jenter 2004 (forfall påregnes - derfor flere enn 4 i enkelt posisjoner)

NB! NB! Spilleposisjoner med mange innkalte spillere ⇒ **Må påregne å øve i andre posisjoner**

Henriette M.	Finstad	Bodø HK	Bakspiller midtre	
Julia	Erikstad	Bodø HK	Kantspiller venstre	
Tilde	Kristiansen	Bodø HK	Målvakt	
Astrid	Johansen	Brønnøysund	Målvakt	
Ebba	Pedersen	Brønnøysund	Bakspiller høyre	
Helle	Moum	Brønnøysund	Linjespiller	
Johanne	Myren	Brønnøysund	Kantspiller høyre	
Maria	Knoph	Brønnøysund	Bakspiller midtre	
Alvilde	Gagnum	Junkeren IK	Kantspiller venstre	
Edda Sofie	Sagatun	Junkeren IK	Bakspiller venstre	
Johanne	Tjønndal	Junkeren IK	Kantspiller venstre	
Liva Arntzen	Rødolv	Junkeren IK	Bakspiller venstre	
<del>Matha Os</del>	<del>Jenssen</del>	<del>Junkeren IK</del>	<del>Bakspiller høyre</del>	Forfall
Vilde Andrea	Møller	Junkeren IK	Linjespiller	
Live	Skreslett	Korgen	Målvakt	
Sofie V.	Stenvoll	Korgen	Bakspiller venstre	
Julie	Johansen	Mosjøen HK	Bakspiller midtre	
Julie	Digermul	Mosjøen HK	Linjespiller	
Sara	Digermul	Mosjøen HK	Målvakt	
Sara Emilie	Halkjelsvik	Mosjøen HK	Målvakt	
Sofie K.	Weis-Fogh	Mosjøen HK	Bakspiller høyre	
Eva	Grønvold	Rognan	Bakspiller venstre	
Thea	Myhre	Rognan	Bakspiller midtre	
Hedda	Skjerve	Sandnessjøen	Bakspiller midtre	
Ida G.	Solvang	Sandnessjøen	Kantspiller venstre	
Susanne	Knutsen	Sandnessjøen	Bakspiller høyre	
<del>Anneli</del>	<del>Sand</del>	<del>Sømna</del>	<del>Målvakt</del>	Forfall
<del>Iselin</del>	<del>Evensen</del>	<del>Sømna</del>	<del>Bakspiller venstre</del>	Forfall
<del>Thea Cecilie Ø.</del>	<del>Nygård</del>	<del>Sømna</del>	<del>Linjespiller</del>	Forfall
<del>Tiril Charlotte</del>	<del>Graven</del>	<del>Sømna</del>	<del>Kantspiller høyre</del>	Forfall
Andrea	Strøksnes	Valnesfjord	Linjespiller	

Johanna U.	Haugli	Valnesfjord	Bakspiller midtre	
Marte	Olsen	Bodø HK	Bakspiller venstre	Reserve - blir kontaktet hvis delta
Signe S.	Olsen	Mosjøen HK	Bakspiller høyre	Reserve - blir kontaktet hvis delta
Frida	Testad	Rognan	Linjespiller	Reserve - blir kontaktet hvis delta
Sigrid	Vassbotn	Rognan	Kantspiller venstre	Reserve - blir kontaktet hvis delta

### Innkalte spillere - gutter 2002-03

## AVSLYST GRUNNET FOR MANGE FORFALL / FÅ SPILLERE IGJEN

Alle spillere og trenere mottok beskjed 02.04.2019 klokken 09:00.

### Innkalte spillere - gutter 2004

Even Andreas	Eliassen	Bodø HK	Bakspiller høyre	
Jakob	Nordland	Bodø HK	Bakspiller midtre	
Jakob	Kristensen	Bodø HK	Kantspiller høyre	
Kristian	Tårnes	Bodø HK	Bakspiller venstre	
Nikolai Alexander	Lyngsnes	Bodø HK	Bakspiller høyre	Forfall
Sander	Stenersen	Bodø HK	Bakspiller midtre	
Simen	Westnes	Bodø HK	Bakspiller midtre	
Simon	Rebtun	Bodø HK	Målvakt	
Sokrates	Berget	Bodø HK	Linjespiller	
Ulrik	Nordland	Bodø HK	Kantspiller venstre	
Tobias	Widding-Kjørsvik	Brønnøysund	Bakspiller høyre	
Trym	Helland	Brønnøysund	Linjespiller	
Simen Lyng	Sandøy	Brønnøysund	Bakspiller midtre	
Muddasir	Abdi	Brønnøysund	Kantspiller venstre	
Wadah	Omer	Brønnøysund	Bakspiller venstre	
Jonas	Solem	Brønnøysund	Kantspiller venstre	
Emit	Engesvik	Rørvik	Kantspiller venstre	Forfall
Johan	Aarhun	Rørvik	Bakspiller midtre	Forfall
Johannes E.	Loenget	Rørvik	Bakspiller høyre	Forfall
Mathias L.	Nilsen	Rørvik	Målvakt	Forfall
Øskar H.	Sinkaberg	Rørvik	Bakspiller venstre	Forfall
Bendik Julius	Flatøy	Sandnessjøen	Bakspiller midtre	
Håkon	Lyngøy	Sandnessjøen	Kantspiller venstre	
Jens	Toven	Sandnessjøen	Kantspiller venstre	
Jonas	Andersen	Sandnessjøen	Bakspiller midtre	Forfall
Kristen	Buschmann	Sandnessjøen	Bakspiller høyre	Forfall
Sindre	Hvidsten	Sandnessjøen	Målvakt	
Anders S.	Oppegaard	Sømna	Bakspiller venstre	
Fredrik	Nordhus	Sømna	Linjespiller	
Håvard	Barlien	Sømna	Målvakt	
Fage B.	Øvesen	Sømna	Bakspiller midtre	Forfall

### 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.

### **Merk:**

Uttak denne samlingen gjelder kun denne samlingen. Fremtidige samlinger kan det bli endringer på hvem som innkalles.

Ber om at man merker seg dato(ene) under - hvem som innkalles sees i neste innkalling

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

21.- 24.06.2019

Regional Talentsamling 2004 (Orkanger)