

## 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>Mandag 21. januar 2019</b> <b>Trondheim Spektrum - Nidarøhallen F1</b>
	<b>16:30</b> Oppmøte, se innkalling under
	<b>17:00 - 18:30</b> Økt
	<b>18:30 -</b> Oppsummering og utviklingsmål/-oppgaver til neste samling
	<b>18:00</b> Oppmøte, se innkalling under
	<b>18:30 - 20:00</b> Økt
	<b>20:00 -</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 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)

### Innkalte spillere

#### Oppmøte 16:30

Herman Torkilsson	Schanke	Byåsen	Bakspiller venstre
Isak Møsth	Solbakken	Byåsen	Bakspiller høyre
Kristian Hestad	Eriksen	Byåsen	Kantspiller venstre
Mikkel	Tetlie	Byåsen	Bakspiller venstre
Sondre	Furutangvik	Byåsen	Kantspiller venstre
André Haarberg	Jensen	Charlottenlund	Bakspiller venstre
Jon Ivar	Henriksen	Charlottenlund	Linjespiller
Odin	Fjerstad	Charlottenlund	Bakspiller høyre
Peder Ødegård	Dybvik	Charlottenlund	Bakspiller midtre
Henrik	Ibsen	Freidig	Målvakt
Jonas Mehus	Austinat	Freidig	Målvakt
Martin	Herstad	Freidig	Bakspiller høyre
Sindre	Røkke	Heimdals	Bakspiller høyre
Adrian Rolstad	Paulsen	Hommelvik	Bakspiller midtre
Aksel	Nilsen	Malvik	Linjespiller
Ask	Levorsen	Malvik	Bakspiller venstre
Gabriel	Steenveldt	Malvik	Kantspiller venstre
Kristian	Granum	Malvik	Bakspiller midtre
Lukas Kvarme	Kristoffersen	Stjørdals-Blink	Bakspiller midtre
Mads Konrad	Horgøien	Stjørdals-Blink	Kantspiller venstre
Andreas	Wangberg	Strindheim	Linjespiller
Jostein Bremnes	Myklebust	Strindheim	Kantspiller venstre
Nils	Jacob	Strindheim	Bakspiller midtre
Sigurd	Haugen	Strindheim	Målvakt
Adrian	Kallestad	Tiller/Sjetne	Bakspiller høyre
Johan Ottar	Røyseth	Tiller/Sjetne	Kantspiller høyre
Jørgen Haltland	Strømmen	Tiller/Sjetne	Målvakt
Oliver	Fusche	Tiller/Sjetne	Bakspiller venstre

**Oppmøte 18:00**

Per Harald	Solberg	Følling	Målvakt
Tom-André	Sæther	Følling	Linjespiller
William Alexander	Malmo	Følling	Kantspiller venstre
Jonathan Fuglem	Eggen	Hommelvik	Målvakt
Even	Løv-Owesen	Klæbu	Linjespiller
Martin	Sundset	Klæbu	Bakspiller midtre
Fredrik	Rosenfors	Namsos HK	Bakspiller venstre
Imre Johannes Mediå	Lauvsnes	Namsos HK	Bakspiller midtre
Kristian	Brønlund	Namsos HK	Kantspiller venstre
Mads	Høvik	Orkanger	Bakspiller venstre
Mats	Olufsen	Orkanger	Bakspiller midtre
Simen	Evjen	Orkanger	Linjespiller
Mohammed Sheik	Abdullahi	Rennebu	Bakspiller midtre
Robert	Silins	Rennebu	Bakspiller høyre
Fredrik	Røset	Selbu	Bakspiller høyre
Jørgen Hatlen	Hårstad	Selbu	Bakspiller midtre
Martin	Wang	Selbu	Bakspiller venstre
Fredrik	Vulvik	Skaun HK	Målvakt
Hallvard Fremo	Lien	Skaun HK	Kantspiller venstre
Oddmund	Svanem	Skaun HK	Linjespiller
Sindre	Langørgen	Skaun HK	Bakspiller midtre
Trym	Brovold	Skaun HK	Målvakt
Henrik	Rian	Utleira	Bakspiller venstre
Johannes	Selnæs	Utleira	Bakspiller midtre
Tobias Berg	Flytør	Utleira	Bakspiller høyre
Brage	Hynne	Verdal	Bakspiller midtre
Espen	Stubbe	Verdal	Kantspiller venstre
Petter	Sjøvold	Verdal	Bakspiller venstre
Simen	Rørvik	Steinkjer	Målvakt

**Kommende samlinger:**

Fylkessamlinger vår (med forbehold om endringer) 21.01.2019, 11.03.2019 og 25.04.2019	
--	--