

## INNKALLING

NHF Region Nord innkaller til spillersamling.

<b>Miljø</b> <b>Målgruppe</b> <b>Dato og sted</b>	<b>Fylkessamling</b>
	<b>Gutter født 2004</b>
	<b>Torsdag 28. november 2019</b> <b>Trondheim Spektrum - Nidarøhallen D3</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>Trenersteam</b>	Bendik Dalen og Christian Winge Johansen
<b>Kontakt</b>	Spørsmål fra spillere + forfall: Jørgen Laug - 93432999 Spørsmål vedr uttak (foresatte ber vi rette sine spørsmål via klubbtrener): Geir Nicolaysen - 90933353
<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**  
Jørgen Laug  
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

Telefon: +47 48 06 81 81 | Internett: [www.handball.no](http://www.handball.no) | E-post: [nhf.rmn@handball.no](mailto:nhf.rmn@handball.no) | Post- og besøksadresse: Norges Håndballforbund Region Nord, Ingvald Ystgaards veg 3A, 7047 TRONDHEIM Bankgiro: 4242 05 01514| Org.nr: 884 594 472  
MVA

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 (2004ere) eller Landsdelssamling (2002ere).

## 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 spillituasjoner 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 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

### Oppmøte 16:30

Erik	Tuvstein	Byåsen	Linjespiller
Kasper Bredeesen	Christoffersen	Byåsen	Målvakt
Kristian Hestad	Eriksen	Byåsen	Bakspiller venstre
Mikkel	Tetlie	Byåsen	Bakspiller venstre
Sondre	Furutangvik	Byåsen	Kantspiller venstre
Adrian	Kallestad	Charlottenlund	Bakspiller høyre
André Haarberg	Jensen	Charlottenlund	Bakspiller venstre
Ask Sjøli	Moe	Charlottenlund	Kantspiller høyre
Filip	Dahl	Charlottenlund	Bakspiller midtre
Petter	Irgens	Charlottenlund	Linjespiller
Jonathan Fuglem	Eggen	Malvik	Målvakt
Andreas	Utne	Malvik	Målvakt
Ask	Levorsen	Malvik	Bakspiller venstre
Gabriel	Steenveldt	Malvik	Kantspiller venstre
Kristian	Granum	Malvik	Bakspiller midtre
Jesper	Solstad	Melhus/Gimse	Linjespiller
Jomar	Hilanmo	Melhus/Gimse	Kantspiller venstre
Oddmund	Svanem	Melhus/Gimse	Linjespiller
Fredrik	Vulvik	Skaun HK	Målvakt
Lukas Kvarme	Kristoffersen	Stjørdals-Blink	Bakspiller midtre
Henning	Reitan	Stjørdals-Blink	Bakspiller
Andreas	Wangberg	Strindheim	Linjespiller
Elias Jung	Thapa	Strindheim	Kantspiller venstre
Jostein Bremnes	Myklebust	Strindheim	Kantspiller venstre
Nils	Jacob	Strindheim	Bakspiller midtre
Mathias	Klevstuen-Mørtzell	Sverresborg/Flatås	Bakspiller venstre
Matteo	Zulijani	Sverresborg/Flatås	Bakspiller midtre
Peter Andreas Green	Baadsvik	Sverresborg/Flatås	Målvakt
Johan Ottar	Røyseth	Tiller/Sjetne	Kantspiller høyre
Oliver	Fusche	Tiller/Sjetne	Bakspiller venstre

Johannes	Selnæs	Utleira	Bakspiller midtre
----------	--------	---------	-------------------

**Merk:**

Uttak denne samlingen gjelder kun denne samlingen. Fremtidige samlinger kan det bli endringer på hvem som innkalles. Ber om at man merker seg datoene under - hvem som innkalles sees i neste innkalling

**Kommende samlinger:**

Følg med på <a href="http://handball.no">handball.no</a> for neste samlinger	
--	--