

Trondheim 22.11.2019  
Oppdatert: 06.12..2019

## INNKALLING

NHF Region Nord innkaller til spillersamling.

<b>Miljø</b>	<b>Fylkessamling for Finnmark</b>
<b>Målgruppe</b>	<b>Jenter og gutter født 2003-04 &amp; J2005</b>
<b>Dato og sted</b>	<b>Lørdag 07. - søndag 08. desember 2019</b> <b>BUL-hallen, Alta</b>
	<b>11:45</b> Innsjekk - se oppmøte sees over respektive navneliste
	<b>Se under</b> 4 økter Kombinasjon øving håndballferdigheter - og håndballfysisk trening
<b>Trenersteam</b>	Kristian Agledahl, Åse Godvik Lampe, Anja Betsi Terentieff og Aud Hestvik
<b>Kontakt</b>	Spørsmål fra spillere + forfall: Geir Nicolaysen – 90933353 Spørsmål vedr uttak (foresatte ber vi rette sine spørsmål via klubbtrener): Geir Nicolaysen – 90933353
<b>Annet</b>	Uttaket er basert på innmelding og klubbtrenerens sin rangering, dog ønsker vi at alle klubber er representert. Fra premisser meddelt ved innmelding: <i>Klubb/lagsmiljø har ulike utgangspunkt. Vi ønsker å kartlegge spillere fra flest mulig klubber. Det er derfor viktig at <b>VI ALLE</b> har felles forståelse for at det innkalles spillere fra mange klubber og når mulig unngår mange spillere fra enkelt klubber. Eksempel (intensjon): 2-4 spillere fra en årgang fra flere klubber i stedet for spiller nummer 5+ fra resultatmessig godt lag, da vi mener at disse får god spillerutvikling i egen klubb.</i>  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.  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. Hver enkelt spiller tar med seg tilstrekkelig med mellom-mat (energibarer eller tilsvarende). Første organiserte måltid er <u>etter</u> lørdagens økt 1.  Hver enkelt spiller organiserer selv sin reise til samlingen.  Tilreisende: Overnatting “flatseng”; ta med underlag og sovepose.

**Vel møtt!**

Med vennlig hilsen  
**NHF Region Nord**  
Geir Nicolaysen  
Fagansvarlig Trener - og 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 (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 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 yngre landslagene.

## 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).

## 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 etterarbeide.

Uttak er basert på spillere mottatt per 20.11.2019.

## Minner om premissene for Fylkessamling (dette er sett av innmelder som sendte inn web-skjema 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 +/- 28 spillere.
- Det er innmeldt veldig mange (venstre og midtre) bakspillere - alle disse er det ikke plass til på en samling.  
→ spillere som er innkalt forventer jo å få øve "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.
- Minner også om at vi ønsker å kartlegge spillere fra flest mulig klubber.

## Innkalte spillere - jenter 2003-04

Oppmøte 30 minutter før første økt.

Økter lørdag: 12:00-13:00/- 13:30 og 16:00-17:00/-17:30. Økter søndag: 09:00-09:45/-10:15 og 12:30-13:15/-13:45.

Anna	Hansen	Alta	Bakspiller høyre
Ida Synnøve	Haugan	Alta	Bakspiller høyre
Inga	Boine	Alta	Linjespiller (erstatte forfall)
Mathilde	Roxrud-Taksgård	Alta	Bakspiller midtre (erstatte forfall)
Thea R.	Mosen	Alta	Bakspiller midtre
Tina	Mikalsen	Alta	Linjespiller
Frida	Johansen	Bossekop	Bakspiller venstre
Guro	Rist	Bossekop	Bakspiller høyre
Johanne	Thomassen	Bossekop	Kantspiller venstre
Lea	Lillegård	Bossekop	Målvakt
Line Sofi	Knutsen	Bossekop	Bakspiller høyre
Ruth D.	Johansen	Bossekop	Bakspiller midtre
Stina	Pedersen	Bossekop	Linjespiller
Ada S.	Suhr	Freia	Bakspiller midtre
Emma	Jørholmen	Freia	Linjespiller
Kaia	Lunde	Kirkenes	Bakspiller midtre

Karina	Andreassen	Kirkenes	Bakspiller venstre
Marie	Mortensen	Kirkenes	Kantspiller venstre
Marta	Møllersen	Kirkenes	Målvakt
Aimee-Lucy	Nduta	Tana HK	Målvakt
Anette P.	Betsi	Vadsø	Linjespiller
Elisabeth	Bardorsen	Vadsø	Målvakt
Elise S.	Bakken	Vadsø	Bakspiller venstre
Jenny	Akselsen	Vadsø	Bakspiller høyre
Silje S.	Bernhardsen	Vadsø	Bakspiller venstre
Siren	Hogseth	Vadsø	Bakspiller venstre
Siri Jing L.	Olsen	Vadsø	Kantspiller venstre
Susanne S.	Aronsen	Vadsø	Bakspiller høyre
<i>Malin B.</i>	<i>Johansen</i>	<i>Alta</i>	<i>Bakspiller midtre</i>
<i>Astrid</i>	<i>Gaare</i>	<i>Honningsvåg</i>	<i>Linjespiller</i>
<i>Ine Marie</i>	<i>Kristiansen</i>	<i>Honningsvåg</i>	<i>Kantspiller høyre</i>
<i>Johanne R.</i>	<i>Karlsen</i>	<i>Honningsvåg</i>	<i>Bakspiller midtre</i>
<i>Tiril</i>	<i>Kristiansen</i>	<i>Honningsvåg</i>	<i>Kantspiller venstre</i>
<b>RESERVER - kontaktes hvis aktuelt å delta</b>			
Marielle	Nygård	Alta	Bakspiller midtre
Madelen	Ytrehaug	Bossekop	Bakspiller midtre

### Innkalte spillere - gutter 2003-04

Oppmøte 30 minutter før første økt.

Økter lørdag: 13:00-14:00/- 14:30 og 17:00-18:00/-18:30. Økter søndag: 09:45-10:30/-11:00 og 13:15-14:00/-14:30.

Aleksander H.	Andreassen	Alta	Bakspiller midtre
Andreas	Ringén	Alta	Bakspiller venstre
<del>Daniel</del>	<del>Øskarsson</del>	<del>Alta</del>	<del>Linjespiller</del>
<del>Daniel</del>	<del>Åkesson</del>	<del>Alta</del>	<del>Bakspiller venstre</del>
Emil J.	Kristiansen	Alta	Bakspiller midtre
Mathias B.	Sætrum	Alta	Kantspiller venstre
Mats	Berg	Alta	Bakspiller
Sondre	Simonsen	Alta	Kantspiller venstre
Edvard	Holtet	Bossekop	Kantspiller venstre
Eirik Andreas	Isaksen	Bossekop	Linjespiller
Espen O.	Thomassen	Bossekop	Bakspiller venstre
Fredrik	Pettersen	Bossekop	Bakspiller høyre
Isak	Mikkelsen	Bossekop	Bakspiller venstre
Jørgen	Hanssen	Bossekop	Bakspiller midtre
Lars	Roxrud	Bossekop	Kantspiller høyre
Lars Einar	Heggheim	Bossekop	Kantspiller venstre
Magnus L.	Kristensen	Bossekop	Målvakt
Noah	Pedersen	Bossekop	Kantspiller høyre
Odin	Brendgen	Bossekop	Bakspiller venstre
Samuel	Giraldo	Bossekop	Bakspiller høyre
Simen S.	Johansen	Bossekop	Linjespiller
Steinar	Moe	Bossekop	Linjespiller
Stian	Wahl	Bossekop	Kantspiller venstre
Thomas	Roxrud	Bossekop	Målvakt
Tobias	Vist	Bossekop	Bakspiller midtre
<del>Marcus</del>	<del>Sivertsen</del>	<del>Honningsvåg</del>	<del>Målvakt</del>
<del>Brian</del>	<del>Evensen</del>	<del>Vadsø</del>	<del>Bakspiller midtre</del>
<del>Emil</del>	<del>Leistad</del>	<del>Vadsø</del>	<del>Bakspiller høyre</del>
<del>Per-Mathias H.</del>	<del>Varsi</del>	<del>Vadsø</del>	<del>Kantspiller høyre</del>
<del>Sigve</del>	<del>Eriksen</del>	<del>Vadsø</del>	<del>Kantspiller venstre</del>
Tage E.	Eines	Vadsø	Bakspiller venstre

## Innkalte spillere - jenter 2005

Oppmøte 30 minutter før første økt.

Økter lørdag: 14:00-15:00/- 15:30 og 18:00-19:00/-19:30. Økter søndag: 10:30-11:15/-11:45 og 14:00-14:45/-15:15.

Ella	Torsteinsen	Alta	Bakspiller venstre
Ida Charlotte	Thomassen	Alta	Bakspiller venstre (erstatter forfall)
Oda	Amundsen	Alta	Bakspiller venstre
Sara	Uglebakken	Alta	Kantspiller venstre
Sofia	Sivertsen	Alta	Bakspiller midtre
Anna Helena	Antonsen	Bossekop	Linjespiller
Frøya	Andersen	Bossekop	Målvakt
Mari	Wallem Bø	Bossekop	Bakspiller venstre
Mina	Steen	Bossekop	Linjespiller
Oda	Karlstrø	Bossekop	Bakspiller høyre
Andrea M.	Kjellmo	Freia	Bakspiller midtre
Lea	Bakken	Freia	Bakspiller høyre (erstatter forfall)
Runa	Krempig	Freia	Bakspiller høyre
Frida	Helgesen	Honningsvåg	Målvakt
Nathalie T.	Jenssen	Honningsvåg	Bakspiller midtre
Elise E.	Pedersen	Kirkenes	Bakspiller midtre
Kaisa S.	Vindseth	Kirkenes	Bakspiller høyre
Lise I.	Jerijervi	Kirkenes	Bakspiller venstre
Selma Nordhus	Støpamo	Kirkenes	Kantspiller høyre (erstatter forfall)
Vilje	Elde-Pedersen	Kirkenes	Kantspiller høyre
Isabel Kristiane	Biti-Jessen	Tana HK	Kantspiller høyre
Sara Marie	Soini Guttorm	Tana HK	Kantspiller venstre
Ingrid Josefine	Betsi	Vadsø	Bakspiller midtre
Julie	Paulsen	Vadsø	Målvakt
Leontina	Perovic	Vadsø	Bakspiller venstre
Margrete S.	Borgan	Vadsø	Bakspiller midtre
Ragnhild	Østereng	Vadsø	Kantspiller venstre
Una	Wengen	Vadsø	Målvakt (erstatter forfall)
Selma	Ølsen	Alta	Kantspiller høyre
Vilja	Toft	Alta	Målvakt
Aurora L.	Hansen	Honningsvåg	Bakspiller høyre
<b>RESERVER - kontaktes hvis aktuelt å delta</b>			
Ida Charlotte	Thomassen	Alta	Bakspiller venstre
Aila	Rottem	Bossekop	Kantspiller venstre
Anna-Maria B.	Pedersen	Bossekop	Bakspiller midtre
Iben	Elde-Pedersen	Kirkenes	Bakspiller midtre
Live	Wengen	Vadsø	Linjespiller
Marthe Noren	Persen	Vadsø	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

## 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

→ Utregning gjøres etter hvert samling.

### **Kommende samlinger**

21.- 22.03.2020