



**INNKALLING TIL SAMLING FOR
REGIONALT LANDSLAG I NHF REGION ØST FOR SPILLERE FØDT 08.**

Du er en av de som er plukket ut til å være med på regionalt landslags samling gutter 08

Samlingen avholdes, som dags samling og uttatte spillere må søke fri fra skole:

Klokkeslett	Dato	Sted	LMY trenere	Regionale trenere
KL: 09:00-15:00	18.09.2024	Nordstrand Arena		Henrique/Espen

Målvakts trener Reg: Sisse Marie Bøge Fahlberg Fysisk trener Reg: Marius Auensen

Fremmøte 30. min før samling ferdig skiftet.

Følgende spillere innkalles:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Fredrik	Heim-Vidalon	Bakspiller	Bækkelagets SK
Leon Sebastian	Jonassen	Bakspiller	Fjellhammer IL
Håkon	Brogård	Bakspiller	HK Rygge
Filip Aga	Stokstad	Bakspiller	Njård
Jonatan Hansen	Berg	Bakspiller	ULL/KISA IL
Amund	Flo	Bakspiller, høyre	Kjelsås IL
Brian Høgden	Mæle	Bakspiller, venstre	Ski IL
Christian Bjørnøy	Pedersen	Kantspiller, høyre	Asker SK
Nicolay	Kloster-Jensen	Kantspiller, høyre	Njård
Victor	Iversen	Kantspiller, høyre	Oppegård IL
Isak Andri	Ragnarsson	Kantspiller, venstre	Oppegård IL
Karsten	Lindberg	Kantspiller, venstre	ULL/KISA IL
Noah	Greiff-Andersen	Linjespiller	Bækkelagets SK
Kristian Myklebust	Thorsø	Linjespiller	Fjellhammer IL
Sigurd Bergquist	Røberg	Målvakt	Bækkelagets SK
Kristofer Steinum	Gabrielsen	Målvakt	Haslum IL
Herman Loftesnes	Gregersen	Målvakt	Oppegård IL
Sebastian Dybvik	Sitter	Bakspiller	Bækkelagets SK**
Jonas Thomassønn	Malmö	Målvakt	Oppegård IL**
Marius Skjerven	Petersen	Linjespiller	Oppegård IL**
Amund Svenneby	Bergersen	Bakspiller, høyre	Ski IL**
Henrik	Beck	Bakspiller	ULL/KISA IL**

Forfall/skadet * Ny inn **

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Ailo Bjerkeli	Celius	Kantspiller, venstre	Askim IF*
Noa Bjanes	Iversen	Målvakt	Haslum IL*
Henrik	Rein-Ulsletten	Bakspiller, venstre	Haslum IL*
Elliot Edward	Øgaard	Bakspiller, høyre	Haslum IL*
Sander Linge	Romsås	Bakspiller, høyre	Haslum IL*
Kristian	Dolva	Linjespiller	Haslum IL*
Jeppe	Behrens-Moe	Bakspiller	Vålerenga*
Elmandher Killerud	Larsen	Kantspiller, venstre	Ski IL*



Kjøreplan for dagen (med forbehold)

Økt 1: 09-11 Håndball (Halltrening) pluss oppvarming.

Pause 11-13 Pause

Økt 2: 13-15 Styrke i to delte grupper. En time aktivitet hver,

Klubbene må påse at spillere i egen klubb har fått beskjed!

Selv om det blir satt opp en halvårsplan med samlinger, er det ikke gitt at alle spillere som er innkalt på sist samling— er med på neste samling. Det sendes ut ny innkalling Ca. 2 uker før samling.

Bespising

Alle spillerne må ha med seg matpakke og frukt selv. Det er viktig at alle har med seg dette for å kunne yte bra innsats også på den andre økten!

Husk å ta med; Ball, drikkeflaske, en hvit og en mørk t skjorte/drakt og mat

Adresse til Nordstrand Arena: Oberst Rodes vei 79, 1165 Oslo

Parkering: Parkeringshus under Nordstrand Arena

Forfall:

- Er du for tiden skadet skal du melde forfall

Eventuelle melding om skade/sykdom varsles Tom Fokstuen pr epost

tom.fokstuen@handball.no. Merk eposten «forfall RLM samling G08»

Med kopi til: Henrique Lobo henriquelimalo@outlook.com eller på Mob: 41306980

Innrapportering av nye spillere

Vi er åpne for å vurdere spillere som utvikler seg i løpet av sesongen. Send en mail til Region (Merk i emnefeltet: Spiller RLM 08) nhf.ron@handball.no , så vil det bli vurdert om spilleren skal kalles inn.

Strømmen 09.09.2024

Oppdatert 19.09.2024

Med vennlig hilsen

NHF Region Øst

Tom Fokstuen

tom.fokstuen@handball.no

Spill og trening

459 06 571

Henrique Lobo

Espen Wangen

(trener)

(trener)