

## INNKALLING TIL SAMLING FOR SPILLERUTVIKLING NHF REGION ØST.

Du er en av de som er plukket ut til å være med på samling i gruppen G13 Follo.

### Samlingene avholdes i:

Samling nr./ arr.klubb	Dato	Klokken	Hall	Tema
Samling 3 -Vestby	13.11.2019	19:00-20:30	Vestbyhallen	<a href="#">Individuell forsvarstrening 1</a>
	<b>NY TID</b>	<b>19:30-21:00</b>		

Fremmøte 15. min før samling ferdig skiftet til treningstart.

### Følgende klubber er med i puljen G13 Follo:

Kolbotn, Langhus, Oppegård, Siggerud, Vestby

### Innkalling av spillere til denne økten:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Mats	Neverdal	Bakspiller høyre	Kolbotn IL
Martin	Fjelstad	Flerposisjonsspiller	Kolbotn IL
Tor Eirik	Joahnsen	Flerposisjonsspiller	Kolbotn IL
Magnus	Tellefsen	Flerposisjonsspiller, høyre	Kolbotn IL
Mats	Borge	Kantspiller	Kolbotn IL
Marius	Åberge	Målvakt	Kolbotn IL
Francisco	Pettersen	Bakspiller	Langhus
Philip	Paulsen	Bakspiller	Langhus
Max	Leinhardt	Flerposisjonsspiller	Langhus
Max	Billing	Kantspiller, venstre	Langhus
Aron	Lerdahl	Kantspiller, venstre	Langhus
Snorre	Steinvåg	Målvakt	Langhus
Adrian	Andersen	Bakspiller	Oppegård
Jo-Herman	Harstad	Bakspiller	Oppegård
Isak	Wilberg	Flerposisjonsspiller	Oppegård
Simen	Stormoe Kristiansen	Linjespiller	Oppegård
Max Milo	Jonlund	Målvakt	Oppegård
Kristoffer	Gjermstad	Bakspiller	Siggerud IL
Iver Haug	Hansen	Flerposisjonsspiller (Ls, Bs)	Siggerud IL
Anders	Walderhaug Grefsgård	Flerposisjonsspiller	Siggerud IL
Henrik	Skibenes	Flerposisjonsspiller	Vestby HK
Isak	Appelgren	Bakspiller	Vestby HK
Gabriel	de la Fuente Lyngstad	Flerposisjonsspiller	Vestby HK
Knut Jonathan	Westby	Flerposisjonsspiller	Vestby HK
Isac	Raknerud	Målvakt	Vestby HK

**Husk å ta med egen ball, klubbdrakt og drikkeflaske.**

**Viktig at du har en tapebit med navnet ditt synlig klistret på drakten din!**

**Forfall grunnet sykdom, skade eller annet:**

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb	Forfall meldt
Benjamin	Willoughby	Bakspiller	Vestby HK	13.11.2019

**Arrangørklubb skal:**

møte SPU trenerne i hallen samlingsdagen  
være tilstede under hele økten  
stille med vester og kjebler / flatmarkører  
stille med medisinbag

**Uttak:**

SPU 13 år er et tilbud til spillere fra klubber i Region Øst (RØ). Det blir gitt ett antall plasser per lag basert på lisensierte spillere.

Regionen gjør ingen uttak av spillere på SPU 13, men klubbtrener i samråd med sportslig leder i sin klubb gjør en prioritering i sitt lag og bestemmer selv hvilke spillere han/hun mener vil være best egnet for deltakelse til SPU. Dersom man har mange aktuelle kandidater, kan klubbtrener lager en rulleringsliste blant disse. Ved rullering på flere spillere ønsker vi at en og samme spiller skal delta på minimum to SPU samlinger ıla en sesong.

**Forfall:**

Spillere som møter på disse samlingene skal være 100% skadefrie, forfall skal håndteres av klubbtrener omgående eller senest en dag før slik at klubben fyller opp sine plasser.

Eventuelle endringer på innkalling varsles Bjørn Sandtrøen per epost [bjorn.sandtroen@outlook.com](mailto:bjorn.sandtroen@outlook.com) tlf. 90 87 00 30 kopi til regionskontoret ved [nhf.ron@handball.no](mailto:nhf.ron@handball.no) . Merk eposten forfall SPU 13 og hvilket miljø dette gjelder.

**Årsplan for samlinger:**

Treningene vil foregå på rundgang i de klubbene som er i samme gruppe. Det vil bli satt opp en årsplan med samlinger og denne finner du ved å trykke her: [Årsplan SPU 13](#)

**Strømmen 31.10.2019**

**Endret 13.11.2019**

Med vennlig hilsen

NHF Region Øst  
Trine Sneeggen Fors  
Spill og trening  
Tlf. 91372361  
[Trine.SneeggenFors@handball.no](mailto:Trine.SneeggenFors@handball.no)

**Trenere Gutter 13 Follo**

Jörg Ackermann  
Bjørn Sandtrøen