

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 Nord.

Samlingene avholdes i:

Samling nr./ arr.klubb	Dato	Klokken	Hall	Tema
Samling 2 -Sørumsand	15.11.19	19:00-20:30	SIF-hallen	Individuell forsvarstrening 1

Fremmøte 15. min før samling ferdig skiftet til treningstart.

Følgende klubber er med i puljen G13 Nord:

Eidsvold IF, Frogner, Haga, Lillestrøm, Skjetten/Rælingen, Sørumsand, Gjerdrum, Nannestad

Innkalling av spillere til denne økten:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Alexander	Borrozzino	Flerposisjonsspiller (Bs,Ls)	Eidsvold IF
Henrik	Opaker Kristiansen	Flerposisjonsspiller (Bs, Kv)	Eidsvold IF
Amandeus	Stensrud Lundhaug	Flerposisjonsspiller (Kv, Bm)	Eidsvold IF
Odin	S. Thalberg	Flerposisjonsspiller (Kv, Bv)	Frogner IL
Jonas	Kvarnstrøm	Flerposisjonsspiller (Bh, Kh)	Frogner IL
Linus	Granheim	Bakspiller, midt	Frogner IL
Christoffer	Lystad	Målvakt	Frogner IL
Sander	Stovnmø	Bakspiller, midt	Gjerdrum IL
Eimund	Oserud Bentzen	Bakspiller	Gjerdrum IL
Leon	Sætre Lystad	Bakspiller	Gjerdrum IL
Daniel	Gruszczynski	Bakspiller	Haga IF
Ruben Kristoffer	Kværner	Flerposisjonsspiller (Bv, Kv)	Haga IF
Tobias	Olsen	Målvakt	Haga IF
Sander	Høibråten Buer	Flerposisjonsspiller, høyre	Lillestrøm HK
Herman	Luthcke Solberg	Flerposisjonsspiller	Lillestrøm HK
Eirik	Stenvaag Leira	Kantspiller, venstre	Lillestrøm HK
Gabriel	Kærnæ-Wilhelmsen	Målvakt	Lillestrøm HK
Erlend	Von Krogh	Bakspiller	Nannestad IL
Iver	Kahn	Kantspiller, høyre	Nannestad IL
Jesper Rudshaug	Sandem	Flerposisjonsspiller (Bs, Kv)	Skjetten/Rælingen
Amund	Aanerud	Flerposisjonsspiller (Ls, Bs)	Skjetten/Rælingen
Linus	Bakke-Hegli	Bakspiller	Sørumsand IF
Oscar	Rydberg	Bakspiller	Sørumsand IF
Jonas	Jacobsen	Bakspiller	Sørumsand IF
Arne	Døhlen	Målvakt	Sørumsand IF

Husk å ta med egen ball, klubbdrakt og drikkeflaske.
Viktig at du har en tapebit med navnet ditt synlig klistret på drakten di

Arrangørklubb skal:

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

Forfall grunnet skade, sykdom eller annet:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb	Forfall meldt
Eskil	Tollefsrud	Bakspiller	Lillestrøm HK	07.11.19-rullering
Sebastian	Sivertsen Rustad	Bakspiller	Lillestrøm HK	07.11.19-rullering
Einar	Nguyen-Schjølberg	Flerposisjonsspiller (Bs, Kv)	Eidsvold IF	12.11.19
Brede	Kløkkerud Hella	Flerposisjonsspiller (Bm, Kv)	Skjetten/Rælingen)	14.11.19
Danielis	Songinas	Fleposisjonsspiller	Nannestad IL	15.11.19

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 ila 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 Harald Gründel per epost h.gruendel@web.de tlf. 46 62 05 08 og kopi til regionskontoret ved 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 01.11.2019

Endret 15.11.2019

Med vennlig hilsen

NHF Region Øst
Trine Sneeggen Fors
Spill og trening
Tlf. 91372361
Trine.SneeggenFors@handball.no

Trenere Gutter 13 Nord

Harald Gründel
Espen Næss