

## 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 Østfold.

### Samlingene avholdes i:

Samling nr./ arr.klubb	Dato	Klokken	Hall	Tema
Samling 3 -Driv	18.11.2019	19:30-21:00	Enebakkhallen	<a href="#">Individuell forsvarstrening 1</a>

Fremmøte 15. min før samling ferdig skiftet til treningstart.

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

Skiptvedt, DFI/Son, Driv, Askim, Degernes, Gml. Fredrikstad HK, HK Eidsberg, HK Herulf Moss

### Innkalling av spillere til denne økten:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Albert	Spakmo	Kantspiller, venstre	Askim IF
Even	Rom Skofsrud	Flerposisjonsspiller (Bh, Kh)	Askim IF
Hamzat	Akaev	Målvakt	Askim IF
Sebastian	Lehmann	Flerposisjonsspiller (Bs, Kv)	Askim IF
Haakon	Bøhn	Flerposisjonsspiller (Bm, Kv)	Degernes IL
Jonas	Lien	Bakspiller, høyre	Degernes IL
Sigurd	Trinborg	Flerposisjonsspiller (Bs, Kv)	Degernes IL
Axel	Dvergsdal	Kantspiller, venstre	DFI Drøbak Frogn/Son
Elias	Løksa	Linjespiller	DFI Drøbak Frogn/Son
Mikkel	Grimsrud	Målvakt	DFI Drøbak Frogn/Son
Hermann	Ungress	Flerposisjonsspiller (Bh, Kh)	Driv Idrettslag
Martin	Granheim	Linjespiller	Driv Idrettslag
Mats	Dal	Flerposisjonsspiller	Driv Idrettslag
William	Hellerud	Målvakt	Driv Idrettslag
Victor	Reis	Bakspiller, venstre	GFHK
Linus	Heldal	Bakspiller	GFHK
Pål Henrik	Hovelsen	Bakspiller Midt	GFHK
Felix	Haugerud	Flerposisjonsspiller (Ls, Bs)	HK Eidsberg
Anders	Carlsen	Bakspiller	HK Eidsberg
Sander	Skau	Flerposisjonsspiller (Kv, Bv)	HK Eidsberg
Hans Olav	Gudevold Skavlan	Flerposisjonsspiller (Bs, Ls)	HK Herulf Moss
Kristian	Kaabbel Larsen	Flerposisjonsspiller (Bs, Kv)	HK Herulf Moss
Ayob	Jimale	Bakspiller	HK Herulf Moss
Arthur	Olsen	Målvakt	Skiptvedt
Sondre	Mathisen Aamodt	Bakspiller, venstre	Skiptvet

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

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

### Arrangørklubb skal:

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

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

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb	Forfall meldt
Jakob	Nygaard	Kantspiller, venstre	HK Eidsberg	02.11.2019
William	Parkes Aas	Bakspiller	HK Herulf Moss	07.11.2019
Martin	Renolen	Flerposisjonsspiller	Driv Idrettslag	13.11.2019
Even	Kolshus Karlsen	Flerposisjonsspiller (Kv, Bs)	Askim IF	15.11.2019
Kristoffer	Morland	Kantspiller, venstre	<b>DFI Drøbak Frogn/Son</b>	18.11.2019
Mohamed	Gabane	Kantspiller, høyre	<b>DFI Drøbak Frogn/Son</b>	18.11.2019
Christian	Arnesen	Flerposisjonsspiller (Bs, Ls)	GFHK	18.11.2019
Sondre	Fossum Karlsrud	Flerposisjonsspiller (Bv, Ls)	Skiptvet	18.11.2019

**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 Bjørn Bystrøm per epost [b.bystrom@hotmail.com](mailto:b.bystrom@hotmail.com) tlf. 90 75 36 55 og 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 01.11.2019**

**Endret 18.11.2019**

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 Østfold**  
Bjørn Bystrøm  
Dag Morten Taranger