

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 4 -DFI Drøbak-Frogn/Son	Tirs.17.12.19	Kl.18:00-19:30	Vestby Arena	Finter

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
Adrian	Veiby	Flerposisjonsspiller (Bs, Ls)	Askim IF
Albert	Spakmo	Kantspiller, venstre	Askim IF
Hamzat	Akaev	Målvakt	Askim IF
Haakon	Bøhn	Flerposisjonsspiller (midt/kant)	Degernes IL
Jonas	Lien	Bakspiller, høyre	Degernes IL
Sigurd	Trinborg	Flerposisjonsspiller (Bs, Kv)	Degernes IL
Elias	Løksa	Linjespiller	DFI Drøbak Frogn/Son
Kristoffer	Morland	Kantspiller, venstre	DFI Drøbak Frogn/Son
Axel	Dvergsdal	Kantspiller venstre	DFI Drøbak Frogn/Son
Mikkel	Grimsrud	Målvakt	DFI Drøbak Frogn/Son
Martin	Granheim	Linjespiller	Driv Idrettslag
Herman	Ungersness	Flerposisjonsspiller (Bh, Kh)	Driv Idrettslag
Pål Henrik	Hovelsen	Bakspiller Midt	GFHK
Linus	Heldal	Bakspiller	GFHK
Victor	Reis	Bakspiller, venstre	GFHK
Ludvig	Heisholt	Målvakt	GFHK
Anders	Carlsen	Bakspiller	HK Eidsberg
Sander	Skau	Flerposisjonsspiller (Kv, Bv)	HK Eidsberg
Lukas	Heen Berge	Flerposisjonsspiller (Bm, Kv)	HK Eidsberg
Odin	Hovde Sletten	Målvakt	HK Eidsberg
Kristian	Kaabbel Larsen	Flerposisjonsspiller (Bs, Kv)	HK Herulf Moss
Hans Olav	Gudevold Skavlan	Flerposisjonsspiller (Bs, Ls)	HK Herulf Moss
Ayob	Jimale	Bakspiller	HK Herulf Moss
Sondre	Fossum Karlsrud	Flerposisjonsspiller (Bv, Ls)	Skiptvet
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 kjegler / flatmarkører
stille med medisnabag

Endringer på innkalling grunnet rulling, sykdom eller forfall:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb	Forfall meldt
William	Hellerud	Målvakt	Driv Idrettslag	03.12.19
Sander	Trebekk	Flerposisjonsspiller	Driv Idrettslag	03.12.19
Christian	Arnesen	Flerposisjonsspiller (Bs,Ls)	GFHK	03.12.19
Sebastian	Lehmann	Flerposisjonsspiller (Bs, Kv)	Askim IF	11.12.19

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 rulling 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 tlf. 90 75 36 55 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 03.12.2019
Endret 11.12.2019

Med vennlig hilsen

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

Trenere Gutter Østfold
Bjørn Bystrøm
Dag Morten Taranger