

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 5 -Lillestrøm	09.01.2020	Kl.19:00-20:30	Skedsmohallen C	Individuell forsvarstrening 2

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
Einar	Nguyen-Schjølberg	Flerposisjonsspiller (Bs, Kv)	Eidsvold IF
Magnus	Johansen	Flerposisjonsspiller (BS, Ls)	Eidsvold IF
Alexander	Borrozzino	Flerposisjonsspiller (Bs, Ls)	Eidsvold IF
Philip	Riise	Målvakt	Frogner IL
Peter	M. Olsen	Linjespiller	Frogner IL
Håvard	Skogseth	Kantspiller, venstre	Frogner IL
Gard	Elvedal Hole	Kantspiller, venstre	Frogner IL
Eimund	Oserud Bentzen	Bakspiller	Gjerdrum IL
Leon	Sætre Lystad	Bakspiller	Gjerdrum IL
Sander	Stovnmø	Bakspiller, Midt	Gjerdrum IL
Daniel	Wøllo	Målvakt	Gjerdrum IL
Daniel	Gruszczynski	Bakspiller	Haga IF
Ruben Kristoffer	Kværner	Flerposisjonsspiller (Bv, Kv)	Haga IF
Sebastian Sivertsen	Rustad	Bakspiller	Lillestrøm HK
Gabriel	Kærnæ-Wilhelmsen	Målvakt	Lillestrøm HK
Gorm Greftegreff	Greftegreff Føyse	Kantspiller, venstre	Lillestrøm HK
Eskil	Viksås	Linjespiller	Lillestrøm HK
Eskil	Tollefsrud	Bakspiller	Lillestrøm HK
Erlend	Von Krogh	Bakspiller	Nannestad IL
Danielis	Songinas	Flerposisjonsspiller	Nannestad IL
Iver	Kahn	Kantspiller, høyre	Nannestad IL
Amund	Aanerud	Flerposisjonsspiller (Ls, Bs)	Skjetten/Rælingen
Jesper Rudshaug	Sandem	Flerposisjonsspiller (Bv, Kv)	Skjetten/Rælingen
Niklas	Golbang	Målvakt	Skjetten/Rælingen
Linus	Bakke-Hegli	Bakspiller	Sørumsand IF
Gorm	Sundseth	Kantspiller, venstre	Sørumsand IF
Jesper	Bakke-Hegli	Flerposisjonsspiller	Sørumsand IF

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 rulling, sykdom, skade eller annet:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb	Forfall
Jonas	Jacobsen	Bakspiller	Sørumsand IF	20.12.19-rulling
Christoffer	Lystad	Målvakt	Frogner IL	23.12.19
Niklas	Fehn Mauseth	Bakspiller, midt	Frogner IL	23.12.19
Dennis	Johansen	Kantspiller, venstre	Eidsvold IF	04.01.20-rulling
Brede Klokkerud	Hella	Flerposisjonsspiller (Mb, Kv)	Skjetten/Rælingen	08.01.20

Arrangørklubb skal:

møte SPU trenerne i hallen samlingsdagen
være tilstede under hele økten
stille med vester og kjepler / 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 rullingsliste 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 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 19.12.2019

Endret 09.01.2020

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