

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 6 -Siggerud	Tirs.11.02.20	KL.18:00-19:30	Siggerudhallen	Sperreteknikk

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
Tor Eirik	Joahnsen	Flerposisjonsspiller	Kolbotn IL
Martin	Fjellstad	Flerposisjonsspiller (Bh, Ls)	Kolbotn IL
Theodor	Ørndal	Bakspiller	Kolbotn IL
Une August Trøstheim	Amundsen	Linjespiller	Kolbotn IL
Victor Bråthen	Kjellesvig	Linjespiller	Kolbotn IL
Max	Leinhardt	Flerposisjonsspiller	Langhus
Aron	Lerdahl	Kantspiller, venstre	Langhus
Martin	Egner	Bakspiller	Langhus
Francisco	Pettersen	Bakspiller	Langhus
Jo-Herman	Harstad	Bakspiller	Oppegård
Simen	Stormoe Kristiansen	Linjespiller	Oppegård
Isak	Wilberg	Flerposisjonsspiller (Bh, Kh)	Oppegård
Adrian	Andersen	Bakspiller	Oppegård
Max Milo	Jonlund	Målvakt	Oppegård
Sander	Gjelsnes	Målvakt	Oppegård
Kristoffer	Gjermstad	Bakspiller	Siggerud IL
Iver	Haug Hansen	Flerposisjonsspiller (Ls, Bs)	Siggerud IL
Anders	Walderhaug Grefsgård	Flerposisjonsspiller (Bs, Ks)	Siggerud IL
Benjamin	Willoughby	Bakspiller	Vestby HK
Isak	Appelgren	Bakspiller	Vestby HK
Gabriel	De la Fuente Lyngstad	Flerposisjonsspiller (Bv, Kv)	Vestby HK
Knut Jonathan	Westby	Flerposisjonsspiller (Bv, Kv)	Vestby HK
Isac	Raknerud	Målvakt	Vestby HK
Henrik	Bergmo Skibenes	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!

Arrangørklubb skal:

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

Forfall grunnet rulling, skade, sykdom eller annet:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb	Forfall meldt
Philip	Paulsen	Bakspiller	Langhus	03.02.20
Marius	Stabu	Målvakt	Langhus	03.02.20
Daniel	Beck	Målvakt	Siggerud IL	03.02.20
Peder	Sørлие	Målvakt	Siggerud IL	03.02.20
Marius	Åberge	Målvakt	Kolbotn IL	11.02.20
Magnus	Tellefsen	Flerposisjonsspiller (Bh, Kh)	Kolbotn IL	11.02.20

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 Bjørn Sandtrøen per epost bjorn.sandtroen@outlook.com tlf. 90 87 00 30 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 28.01.2020

Endret 11.02.2020

Med vennlig hilsen

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

Trenere Gutter 13 Follo

Jörg Ackermann
Bjørn Sandtrøen