

## INNKALLING TIL SAMLING FOR SPILLERUTVIKLING NHF REGION ØST GUTTER FØDT 2010 GRUPPE G14-VEST

Samling nr./ arrangør klubb	Dato	Klokkeslett	Hall	Tema
Samling 3 / Njård	08.01.2025	19.00-20.30	Njårdhallen	<a href="#">Skudd</a>

### Klubbtrener til laget som arrangerer skal

- ta kontakt med SPU trener i forkant av samling.
- møte SPU trener i hallen samlingsdagen.
- stille med utstyr som vester og kjepler/flatmarkører og medisinbag.

### Innkalling av spillere til denne økten:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb/ Lag
Ludvig	Welhaven	Målvakt	Haslum IL
Guttorm	Søby	Bakspiller	Haslum IL
Jakob Strand	Mylius	Bakspiller	Haslum IL
Mathias	Gunstad	Bakspiller	Haslum IL
Sigurd Ekroll	Lundrud	Bakspiller	Haslum IL
Axel	Keim-Kvalsund	Kantspiller, høyre	Haslum IL
Sixten Bøe	Dyrø	Kantspiller, venstre	Haslum IL
Aksel Olav	Ingesson	Målvakt	Njård Håndball*
Leon	Drangslund	Linjespiller	Njård Håndball
Benjamin	Holst Løgith Moe	Bakspiller	Njård Håndball
Magnus	Myrland	Flerposisjonsspiller (Bs, Kv)	Njård Håndball
Hermann	Ryen-Færden	Bakspiller	Njård Håndball*
Thomas	Ottesen Fjellheim	Bakspiller	Njård Håndball
Gasper	Ferrington	Bakspiller	Njård Håndball** / *
Jesper	Nodeland	Målvakt	Ullern/Monolitten*
Peter	Jakobsen	Kantspiller, venstre	Ullern/Monolitten
Kristian	Dahl Kristoffersen	Kantspiller, venstre	Ullern/Monolitten
Jonas	Krogstad Haaland	Bakspiller	Ullern/Monolitten
Magnus	Janbu Holthe	Bakspiller	Ullern/Monolitten*
Emil	Scheel Valdersnes	Bakspiller	Ullern/Monolitten
Pelle Misvær	Kistorp	Bakspiller	Ullern/Monolitten
Ole	Gregers Haugseth	Kantspiller, høyre	Ullern/Monolitten**
Willas	Arntsen	Målvakt	Ullern/Monolitten**
Herman	Plathe	Bakspiller	Vestre Bærum/LIL

**\*Utvidet kvote til Haslum IL, Njård Håndball og Ullern/Monolitten**

### Praktisk info

- Ferdig skiftet/ tapet 15 minutter før treningstart
- Spillere som møter til samling skal være frisk, skadefri og restituert fra tidligere skade
- Still i egen klubbdrakt eller klubbtøy på treningene
- Ball og drikke må medbringes
- Fest en tapebit med navnet ditt synlig klistret på drakten din

## Forfall

- **Utøver melder forfall snarlig til sin klubbtrener**
- Klubbtrener varsler eventuelle meldinger om forfall samt endringer på innkalling til spillerutvikler per epost med kopi til regionskontoret ved Trine Sneeggen Fors, [Trine.sneeggenfors@handball.no](mailto:Trine.sneeggenfors@handball.no) senest 3 dager før samling. **Merk eposten «Forfall SPU G14 Vest»**

## Årsplan for samlinger:

Treningene på SPU 14 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 på vår hjemmeside ved å trulle her: [Spillerutvikling \(SPU\) 14år \(10\)](#)

**Strømmen 17.12.2024**  
**Endret 09.01.2025**

Med vennlig hilsen

**Lars Erik Sonerud**  
Spillerutvikler  
Tlf. 92247803;  
Epost. [sonerud69@gmail.com](mailto:sonerud69@gmail.com)

**Erland Eggen**  
Spillerutvikler  
Tlf. 90022016;  
Epost. [EE-93@hotmail.com](mailto:EE-93@hotmail.com)

**Trine Sneeggen Fors**  
NHF Region Øst Spill & Trening  
Tlf. 91372361  
[Trine.sneeggenfors@handball.no](mailto:Trine.sneeggenfors@handball.no)