

**INNKALLING TIL SAMLING FOR SPILLERUTVIKLING NHF REGION ØST
GUTTER FØDT 2010 GRUPPE G14-OSLO**

Samling nr./ arrangør klubb	Dato	Klokkeslett	Hall	Tema
Samling 4 / Bøler/ Oppsal	22.01.2025	17:30-19:00	Bjørnholthallen	Skudd

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
Filip	Heim Vidalon	Bakspiller	Bækkelaget SK*
Isaac	Knagenhjelm	Bakspiller	Bækkelaget SK
Mikkel	Gåsemyr	Bakspiller	Bækkelaget SK
Jacob	Larsen	Kantspiller, venstre	Bækkelaget SK
Linus Engebakken	Schou	Målvakt	Bækkelaget SK
Oscar	Kokkim	Linjespiller	Bækkelaget SK**
Bilal	Ruzi	Bakspiller	Bøler IF / Oppsal IF
Lars Langvad	Stensløkken	Flerposisjonsspiller (Bs, Kv)	Bøler IF / Oppsal IF
Stefan	Teodorovic	Bakspiller	Bøler IF / Oppsal IF
Johann	Gullaba Vestby	Bakspiller	Linderud/Linje 5 IL
Sindre	Hansen	Målvakt	Linderud/Linje 5 IL
Martin	Jacobsen Strømme	Flerposisjonsspiller (Bs, Kv, Linjespiller)	Linderud/Linje 5 IL
Tobias Vaarnes	Jørgensen	Bakspiller	Linderud/Linje 5 IL
Theodor	Ryen	Kantspiller, venstre	Nordstrand IF
Adam	Vieth Eriksson	Flerposisjonsspiller (Bh, Kh)	Nordstrand IF
Simon Nikolai Kalflaath	Glatved	Bakspiller	Nordstrand IF
Arav	Shoor	Bakspiller	Nordstrand IF
Emil Grimeland	Østby	Målvakt	Nordstrand IF
Elias Kjeldsrud	Westgård	Målvakt	Sinsen Refstad*
Herman Sodal	Berger	Flerposisjonsspiller (Bs, Kv, Kh)	Sinsen Refstad*
Jens Nordenborg	Lous	Kantspiller (Kv, Kh)	Sinsen Refstad*
William	With	Kantspiller, høyre	Sinsen Refstad*
Mikkel Frisvold	Skar	Flerposisjonsspiller (Bs, Kv)	Sinsen Refstad*

*Forfall/ ** ny utøver inn

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 senest 3 dager før samling. **Merk eposten «Forfall SPU G14 Oslo»**

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 08.01.2025

Endret 22.01.2025

Med vennlig hilsen

John Beyer

Spillerutvikler

Tlf. 90738498;

Epost. bd.johnb@gmail.com

*Forfall

Helene Bøhler

Spillerutvikler

Tlf. 93679759;

Epost. helenb1802@hotmail.com

Trine Sneeggen Fors

NHF Region Øst Spill & Trening

Tlf. 91372361

Trine.sneeggenfors@handball.no