

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

Samling nr./ arrangør klubb	Dato	Klokkeslett	Hall	Tema
Samling 5 / Linderud/Linje 5	03.02.2025	18:00-19:30	Linderud flerbrukshall (mrk. Det er ikke linderudhallen)!	<a href="#">Valg</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
Isaac	Knagenhjem	Bakspiller	Bækkelaget SK
Casper	Hermansen	Bakspiller	Bækkelaget SK
Johannes Zimmer	Stensvold	Bakspiller	Bækkelaget SK
Lucas	Konglevoll	Flerposisjonsspiller (Kh, Bh)	Bækkelaget SK*
Mikkel	Gåsemyr	Bakspiller	Bækkelaget SK**
Bilal	Ruzi	Bakspiller	Bøler IF / Oppsal IF
Leon Myhra	Wiik	Flerposisjonsspiller (Kv, Linjespiller)	Bøler IF / Oppsal IF
Ikenna	Chukwu	Målvakt	Bøler IF / Oppsal IF
Stefan	Teodorovic	Bakspiller	Bøler IF / Oppsal IF
Tobias Vaarnes	Jørgensen	Bakspiller	Linderud/Linje 5 IL
Johann	Gullaba Vestby	Bakspiller	Linderud/Linje 5 IL
Martin	Jacobsen Strømme	Flerposisjonsspiller (Bs, Kv, Linjespiller)	Linderud/Linje 5 IL
Sindre	Hansen	Målvakt	Linderud/Linje 5 IL*
Hans-Olav	Barsnes	Målvakt	Linderud/Linje 5 IL**
Henrik	Bredahl	Kantspiller, høyre	Nordstrand IF
Fredrik	Maurstad	Bakspiller	Nordstrand IF
Elias	Holst Elmenhorst	Bakspiller	Nordstrand IF
Fredrik	Lövenborg	Bakspiller	Nordstrand IF
William	Hexum Reid	Målvakt	Nordstrand IF
Mikkel Frisvold	Skar	Flerposisjonsspiller (Bs, Kv)	Sinsen-Refstad IL
Leonard Nicolai	Lysell-Johansen	Bakspiller	Sinsen-Refstad IL
Theo Solbakken	Sansom	Flerposisjonsspiller (Bs, Kv)	Sinsen-Refstad IL*
Elias Kjeldsrud	Westgård	Målvakt	Sinsen-Refstad IL*
Benjamin	Winnæs-Huseby	Målvakt	Sinsen-Refstad IL**
Jens Nordenborg	Lous	Kantspiller (Kv, Kh)	Sinsen-Refstad IL**

\*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 klubbttøy 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 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 23.01.2025**

**Endret 03.02.2025**

Med vennlig hilsen

**John Beyer**

Spillerutvikler

Tlf. 90738498;

Epost. [bd.johnb@gmail.com](mailto:bd.johnb@gmail.com)

**Helene Bøhler**

Spillerutvikler

Tlf. 93679759;

Epost. [helenb1802@hotmail.com](mailto:helenb1802@hotmail.com)

**Trine Sneeggen Fors**

NHF Region Øst Spill & Trening

Tlf. 91372361

[Trine.sneeggenfors@handball.no](mailto:Trine.sneeggenfors@handball.no)