

INNKALLING TIL TRENINGSAMLING FOR 15 FØDT 2009

Du er en av de som er plukket ut til å være med på treningsamling for G15. Viktig å merke seg at denne samlingen er for gutter født i 2009.

Samlingen er delt opp i 3 grupper med nummer: 6-7 og 8

Samlingene avholdes i Oppsal Arena på følgende baner:

Samling	Dato/Klokkeslett	Sted
Treningsamling G15 – Gruppe 6	Lørdag 28.sept Oppmøte Kl: 10:30 Avsluttes Kl: 17:00	Oppsal Arena Bane 4 Garderobe ned på bane 4
Tema	Tid	Trenere
Økt 1 - Valg og vurdering	KL.11:00-13:00	Bjørn Bystrøm Dag Morten Solberg Taranger
Økt 2 – Duellspill	Kl.15:00-17:00	Bjørn Bystrøm Dag Morten Solberg Taranger
Samling	Dato/Klokkeslett	Sted
Treningsamling G15 – Gruppe 7	Lørdag 28.sept Oppmøte Kl: 08:30 Avsluttes Kl: 15:00	Oppsal Arena Bane 3 Garderobe 7
Tema	Tid	Trenere
Økt 1 - Valg og vurdering	KL.09:00-11:00	Simon Nyløkken Jakob Lund Christiansen
Økt 2 – Duellspill	KL.13.00-15.00	Simon Nyløkken Jakob Lund Christiansen
Samling	Dato/Klokkeslett	Sted
Treningsamling G15 – Gruppe 8	Lørdag 28.sept Oppmøte Kl: 10:30 Avsluttes Kl: 17:00	Oppsal Arena Bane 3 Garderobe 8
Tema	Tid	Trenere
Økt 1 - Valg og vurdering	KL.11:00-13:00	Dennis Tor-Ivar Halvorsen Shpend Istrefi
Økt 2 – Duellspill	kl.15.00-17.00	Dennis Tor-Ivar Halvorsen Shpend Istrefi

På disse samlingene ønsker vi å skape gode forutsetninger for spilleren i utvikling, men vi forventer at spilleren selv utnytter og utfyller de rammene lagt av trenerne på samlingen. Vi forventer ikke ferdige håndballspillere, men vi forventer engasjement og utviklingsparate utøvere som ønsker å arbeide godt for å nå målene sine og videreutvikle seg i sitt miljø.

Praktisk informasjon om samlingen:

- Spillere vil få 2 hall økter på denne samlingen og øktene ledes av våre spillerutviklere. Alle innkalte spillere vil bli delt i 3 grupper og treningen vil foregå i tidsrommet som står øverst i innkallingen (**se etter din gruppe**). Det vil være ulik oppmøte- og sluttid for flere grupper.
- Møt opp ferdig skiftet.
- Alle spillere skal være fri for sykdom symptomer ved oppmøte.
- Alle spillere som møter skal være 100% skadefri.
- **Alle spillere skal stille med klubbdrakter. Fest en tape bit med ditt navn på klubbdraktene.**
- Husk å ta med; Ball, drikkeflaske.
- Bepising, ha med seg matpakke, drikke og frukt selv..
- Foresatte og klubbtrenerne kan overvære økten fra tribune
- Oppsal Arena har åpen kiosk under samlingen.
- Fysioterapeut på samlingen: Katarina Finckenhagen vil være ved bane 1



Samling	Dato/Klokkeslett	Sted
Treningssamling G15 – Gruppe 6	Lørdag 28.sept Oppmøte Kl: 10:30 Avsluttes Kl: 17:00	Oppsal Arena Bane 4 Garderobe ned på bane 4
Tema	Tid	Trenere
Økt 1 - Valg og vurdering	KL.11:00-13:00	Bjørn Bystrøm Dag Morten Solberg Taranger
Økt 2 – Duellspill	kl.15.00-17.00	Bjørn Bystrøm Dag Morten Solberg Taranger

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb	Gr
Jacob Schrøder	Spolén	Bakspiller	Frogner IL	6
Christian Haraldsen	Østrem	Bakspiller	Kolbotn IL	6
Kristian Kraft	Johannessen	Bakspiller	Kråkerøy IL	6
Charles-Viktor Andréas	Hobbelin	Bakspiller	Nordstrand IF	6
Magnus	Lunde-Storrønning	Bakspiller, høyre	Fjellhammer IL	6
William	Inglingstad	Bakspiller, venstre	Fjellhammer IL	6
Philip Johannes Stoakes	Ekvern	Bakspiller, venstre	Haslum IL	6
Amani Gloire	Kashale	Bakspiller, venstre	Oppgård IL	6
Håkon Toftner	Kaksrud	Bakspiller, venstre	Ull/Kisa IL	6
Mats Kjeldsen	Holm	Flerposisjonsspiller	Ull/Kisa IL	6
Magnus Rønning	Haug	Flerposisjonsspiller	NIT-HAK HK	6
Julius	Hassel	Flerposisjonsspiller	Ski IL	6
Aksel Eknes	Rasmussen	Flerposisjonsspiller	Vålerenga	6
Sivert	Strand	Kantspiller, høyre	Frogner IL	6
Tobias Solheim	Pieper	Kantspiller, høyre	Kolbotn IL	6
Marius	Selmer	Kantspiller, venstre	Haslum IL	6
Jon Storheim	Hellum	Kantspiller, venstre	Kjelsås IL	6
Fabian	Lillejord-Lisjak	Linjespiller	Bækkelaget SK	6
Ask Hafstad	Siqveland	Linjespiller	Kjelsås IL	6
Petter	Strømberg	Linjespiller	Kolbotn IL	6
Gabriel Martinus	Simonsen	Linjespiller	Ull/Kisa IL	6
Tevje	Borup-Müller	Målvakt	Frogner IL	6
Aleksander Trøstheim	Amundsen	Målvakt	Kolbotn IL	6
Adrian Langvik	Olsen	Målvakt	Kråkerøy IL	6
Markus Beck	Dypedahl	Målvakt	Kråkerøy IL	6



Samling	Dato/Klokkeslett	Sted
Treningssamling G15 – Gruppe 7	Lørdag 28.sept Oppmøte Kl: 08:30 Avsluttes Kl: 15:00	Oppsal Arena Bane 3 Garderober 7
Tema	Tid	Trenere
Økt 1 - Valg og vurdering	KL.09:00-11:00	Simon Nyløkken Jakob Lund Christiansen
Økt 2 – Duellspill	KL.13.00-15.00	Simon Nyløkken Jakob Lund Christiansen

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb	Gr
Emre Bøhm	Ottar	Bakspiller	Bækkelagets SK	7
Harald Andreas Hunsager	Lindeland	Bakspiller	Kolbotn IL	7
Daniel By	Tømmeraas	Bakspiller	Linderud IL	7
Endre	Andreassen	Bakspiller	Ski IL	7
Matz	Enerud	Bakspiller, høyre	Fjellhammer IL	7
Mathias von der	Lippe	Bakspiller, høyre	Njård	7
Edvard Haraldsen	Haukås	Bakspiller, venstre	Haslum IL	7
Alex	Kocev	Bakspiller, venstre	Kolbotn IL	7
Iver Næss	Holtbakk	Bakspiller, venstre	Oppegård IL	7
Hans Fredrik Kongskog	Rogstad	Flerposisjonsspiller	Gjerdrum IL	7
Max William Saxebøl	Ottesen	Flerposisjonsspiller	Kolbotn IL	7
Markus Mathisen	Rostad	Flerposisjonsspiller	Lillestrøm HK	7
Kristoffer Heilemann	Herland	Flerposisjonsspiller	Njård	7
Casper Opsahl	Bjerkely	Flerposisjonsspiller	Vestre Bærum LIL	7
Simon Albert	Lysnes-Steinbach	Kantspiller, høyre	Haslum IL	7
Daniel	Omre-Flatgård	Kantspiller, venstre	Kolbotn IL	7
Kristian Theodor	Stensrud	Linjespiller	Haslum IL	7
Hans Oscar	Dilling	Linjespiller	Hk Herulf	7
Henrik Melgaard	Ustaheim	Linjespiller	Kjelsås IL	7
Liam Sebastian Wisløff	Krüger	Linjespiller	Lillestrøm HK	7
Noah Strand	Stensrud	Linjespiller	Vestre Bærum LIL	7
Herman	Rensmoen	Målvakt	Fjellhammer IL	7
Elias Benjamin Aronsson	Martinho	Målvakt	Haslum IL	7
Isak	Skinstad-Jansen	Målvakt	Hk Herulf	7
Marius	Arnesen	Målvakt	Kolbotn IL	7

Samling	Dato/Klokkeslett	Sted
Treningssamling G15 – Gruppe 8	Lørdag 28.sept Oppmøte Kl: 10:30 Avsluttes Kl: 17:00	Oppsal Arena Bane 3 Garderober 8
Tema	Tid	Trenere
Økt 1 - Valg og vurdering	KL.11:00-13:00	Dennis Tor-Ivar Halvorsen Shpend Istrefi
Økt 2 – Duellspill	kl.15.00-17.00	Dennis Tor-Ivar Halvorsen Shpend Istrefi

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb	Gr
Oliver Eugen Stigen	Karlsen	Bakspiller	Bækkelaget SK	8
Haakon Johan Brodal	Kølbøl	Bakspiller	Kråkerøy IL	8
Troy Efe	Madsen-Zeybek	Bakspiller	NIT-HAK HK	8
Kristian Haga	Helgesen	Bakspiller, høyre	Askim IF	8
Herman Andreas Lorentzen	Hersleth	Bakspiller, venstre	HK Trøgstad 97	8
Filip Grotnæss	Barnholdt	Bakspiller, venstre	Linderud IL	8
Noah Lindemark	Askevold	Bakspiller, venstre	Ski IL	8
Kristian-André Nielsen	Amundsen	Bakspiller, venstre	Ull/Kisa IL	8
Jakob Timothy	Wheeler	Flerposisjonsspiller	Hk Herulf	8
Petter Bakken	Kralik	Flerposisjonsspiller	Linderud IL	8
Henrik	Larsen	Flerposisjonsspiller	Ull/Kisa IL	8
Nikolai Pettersen	Lesteberg	Kantspiller, høyre	Bækkelaget SK	8
Even Ofigsbø	Reistad	Kantspiller, høyre	Kjelsås IL	8
Benjamin	Anstensen	Kantspiller, høyre	Kolbotn IL	8
William	Daapan-Hansen	Kantspiller, venstre	Ski IL	8
Ask Eie	Næss	Kantspiller, venstre	Vålerenga	8
Jacob Evenhus	Nunez	Linjespiller	Kolbotn IL	8
Oliver	Lien-Andersen	Linjespiller	Ski IL	8
Bastian Nicolaysen	Brendhagen	Målvakt	Bækkelaget SK	8
Melvin Emanuel Moe	Ruud	Målvakt	HK Eidsberg	8
Adrian Østvold	Celius	Målvakt	HK Rygge	8
Emil	Finsrud-Nilsen	Målvakt	Oppegård IL	8

Forfall:

- Er du for tiden skadet skal du melde forfall

Eventuelle melding om skade/sykdom varsles Tom Fokstuen pr epost tom.fokstuen@handball.no.

Merk eposten «forfall Treningssamling G15»

Strømmen 26.09.2024

Oppdatert 28.09.2024

Med vennlig hilsen

NHF Region Øst

Tom Fokstuen

Spill og trening

Tlf. 459 06 571

tom.fokstuen@handball.no