

## INNKALLING

NHF Region Nord innkaller til spillersamling.

<b>Miljø</b>	<b>Fylkessamling</b>
<b>Målgruppe</b>	<b>Gutter født 2005</b>
<b>Dato og sted</b>	<b>Mandag 20. januar 2020</b> <b>Trondheim Spektrum - Nidarøhallen D2</b>
	<b>17:00</b> Oppmøte, se innkalling under
	<b>17:30 - 19:00</b> Økt
	<b>19:00 -</b> Oppsummering og utviklingsmål/-oppgaver til neste samling
	<b>18:30</b> Oppmøte, se innkalling under
	<b>19:00 - 20:30</b> Økt
	<b>20:30 -</b> Oppsummering og utviklingsmål/-oppgaver til neste samling
<b>Trenersteam</b>	Christian Winge Johansen og Ruben Engen
<b>Kontakt</b>	Spørsmål fra spillere + forfall: Christian Winge Johansen - 46879039 Spørsmål vedr uttak (foresatte ber vi rette sine spørsmål via klubbtrener): Geir Nicolaysen - 90933353
<b>Annet</b>	<b>Viktig! Det bes om at eventuelle forfall meldes så tidlig som mulig grunnet planlegging av økten.</b>  Forfall skal være kort begrunnet og manglende forfall/begrunnelse medfører at man ikke blir vurdert til neste samling.  Hver enkelt spiller tar med seg tilstrekkelig med mat.  Hver enkelt spiller organiserer selv sin reise til samlingen.

**Vel møtt!**

Med vennlig hilsen  
**NHF Region Nord**  
Jørgen Laug  
Teamleder Spillerutvikling

## Om vår regionale spillerutvikling

### Deltakelse Regionalt Landslag og/eller Fylkessamlinger

Vårt mål er at spillere opplever inspirasjon, veiledning, tilført kunnskap, stimulert sine holdninger og øvd sine ferdigheter sammen med andre motiverte spillere.

### Hensikten med Regionalt Landslag og/eller Fylkessamlinger

#### Spillere kan forvente

- Inspirasjon
- Bli sett / tilbakemelding
- Opplever høy aktivisering og hensiktsmessige øvelser
- Konkretisering
- Utfordret på refleksjon
- Utvilingsoppgaver

#### Region forventer

- Innsatsvilje
- Lærevillighet
- Selvstendighet
- Oppgaveorientert

#### Region gjennomfører samlinger for å

- Avdekke motivasjon og holdninger
- Påvirke ferdigheter
- Kartegge til yngrelandslag og/eller regionalt landslag

Vår ambisjon er å MOTIVERE til mer selvstendighet og ansvarlighet i daglige treningsarbeid. Dette fordi det er i det daglige treningsarbeidet størst utvikling og påvirkning skjer. Samlinger i regional regi kan sammenlignes med hospitering i klubb (les; hospitering utenfor klubb).

Med utgangspunkt i dine ambisjoner er det noen setninger / verdier / holdninger som peker ut retningen på vårt utviklingsarbeid:

**"Lyst og vilje til å øve mye og motivasjon til å lære"**

**"Det er meg selv det kommer an på"** Det er spilleren selv som må gjennomføre alle treningstidene med kvalitet

**"Jeg blir det jeg gjør"** Ønsker man å øve hurtighet, må eksplosivitet / skarphet og start-stopp-start terpes ofte

**"Det jeg vet har jeg godt av"** Kosthold, væske, restitusjon (inkl god natt søvn), osv

### Våre møteplasser denne sesongen

Spillere som er i målgruppen til regional spillerutvikling kan bli innkalt til:

- Fylkessamling - tre økter per halvår (tilpasninger)
- Regionalt Landslag - minimum to samlinger a to økter per halvår
- I tillegg "kjemper" de som danner Regionalt Landslag om deltakelse på Bylag (2004ere) eller Landsdelssamling (2002ere).

### Om samling og din deltakelse

Forfall eller praktiske spørsmål knyttet til samlingen rettes oppgitt person på side 1

#### Sykdom/skade – varsle så fort skade/sykdom oppstår.

*Hvis du har vært forhindret fra å trene for fullt de to siste dagene før samling forventes forfall.*

Gjennom deltakelse på samlinger i regional regi ønsker vi å bevisstgjøre spillerne til å bli selvstendig i sitt treningsarbeid. I dette ligger bl.a. at spilleren selv tar ansvar for å innhente svar på sine spørsmål. I tillegg loggføre trening, reflektere over egen utvikling, sette seg konkrete personlige utviklingsmål, osv

Som foresatte vil man det beste for sin ungdom. Vi mener at det beste for alle ungdommer er at foresatte oppfordrer og støtter ungdommen til å ta ansvar. Videre håper vi at vårt verdi-grunnlag\* er noe å strekke seg etter i samtalen(e) om samlingen i etterkant.

Spørsmål om uttak rettes til oppgitt kontaktperson. Her har vi som policy at det er klubbtrener og ikke foresatte som henvender seg med uttaksspørsmål. Vi ber om at alle foresatte respekterer dette. \*) *Begeistring – Innsatsvilje – Respekt og Fair-Play*

### Totalaktivitet og tilrettelegging i hverdagen

Etter samling bør spiller vente med ny trening til neste dag. Vårt ønske er at klubb legger til rette for at innkalte spillere er "fit for fight" til samling. Dagene før samling bør være lagt til rette treningsmessig og eventuelt deltakelse kamp. Er det mulig styres spiller unna kamp dagen før samling. Mellom samlingene, det vil si 4-6 uker, oppfordrer vi klubbene til å legge til rette for spillerutvikling.

Med det mener vi bl.a.:

- Balanse mellom treninger og kamp, utgangspunkt er 3 treninger mellom hver kamp.
- Kandidater til våre arenaer får en treningspåvirkning i klubbregi som ivaretar utvikling. Vi er opptatt av at helheten til spilleren blir ivarettatt igjennom:
  - Ca 1/3 trening sammen med spillere som har kommet lengre (differensiering / hospitering).
  - Hver klubbtrening med øving i spillesituasjoner som er kamplike (spesifisitet).
  - Hver klubbtrening minimum 1/3 med fys-trening (prestasjonsfremmende og utvikle forutsetningene).
  - Egentrening med fokus mental - og fys-trening.

I vår idrett gjennomføres mange av kampene i helger. Viktig at klubb vurderer hver enkelt spiller sin totalbelastning over tid, slik at utgangspunktet "3 treninger - 1 kamp" holdes så godt det lar seg gjøre.

## Regional målsetting

Regionens målsetting med spillerutvikling er å legge til rette for en kultur med positive holdninger og ferdighetsutvikling.

**Vårt hovedmål er å bidra til at det innkalles en ny spiller på seniorlandslagene hvert år og at vi er representert med ca 20% på yngrelandslagene.**

## Spillerutvikling regional regi – NHF Region Nord

Region tilbyr spillere og klubbtrenerne møteplasser for ekstra påvirkning.

13 åringer høst	Trenerskole mange steder i region (fokus trenerutvikling og spillere med for at trenere får praktisere)
14 åringer vår	Endres sesongen 2018/2019 - forlenger Trenerskole; kampdager/-kvelder
14 åringer høst	Trenerskole mange steder i region (fokus trenerutvikling og spillere med for at trenere får praktisere)
15 åringer vår	Fylkessamlinger 5 steder i region og felles Talentsamling slutten av juni
15 åringer høst	Fylkessamlinger 5 steder i region og Regional Landslag
16 åringer vår	Fylkessamlinger ... , Regional Landslag, repr.lag "Bylag" og felles Talentsamling slutten av juni
16 åringer høst	Fylkessamlinger 5 steder i region og Regional Landslag
17 åringer vår	Fylkessamlinger 5 steder i region og Regional Landslag
17 åringer høst	(Fylkessamlinger 5 steder i region), Regional Landslag og Landsdelssamling
18 åringer vår	Regional Landslag og Landsdelsamling

For mer informasjon om våre modell for spillerutvikling oppsøk [www.handball.no](http://www.handball.no)

## Innkalte spillere

### Oppmøte 17:00

Truls K.	Dahle	Klæbu	Kantspiller venstre
Ruben	Lund	Klæbu	Bakspiller midtre
Tobias	Skauge	Klæbu/Heimdal	Bakspiller midtre
Edvin Nerdal	Arntsberg	Klæbu/Heimdal	Målvakt
Markus T.	Karlsen	Kolstad	Kantspiller venstre
Sindre S.	Schei	Byåsen	Bakspiller midtre
Jørgen	Aune	Byåsen	Målvakt
Oliver	Damås	Hommelvik	Kantspiller venstre
Christian	Langolf	Hommelvik	Målvakt
Lucas N.	Halseth	Ranheim	Bakspiller venstre
Benjamin	Krokan	Ranheim	Bakspiller venstre
Adrian	Helgheim	Ranheim	Kantspiller venstre
Mikkel H.	Svarstad	Ranheim	Linjespiller
Marcus R.	Rostadmo	Strindheim	Linjespiller
Stian H.	Nilsen	Strindheim	Bakspiller venstre
Simen P.	Lian	Charlottenlund	Bakspiller midtre
Christian	Aresvik	Charlottenlund	Linjespiller
Sondre S.	Håkonsen	Charlottenlund	Kantspiller venstre
Adrian M.	Norbeck	Charlottenlund	Bakspiller venstre
Edvard	Lund	Orkanger	Bakspiller midtre
Herman	Frotjold-Moe	Orkanger	Bakspiller midtre
Sander	Landrø-Vagnild	Orkanger	Kantspiller venstre
Oscar B.	Stene	Sjetne	Målvakt
Fredrik	Bjærum	Sjetne	Kantspiller høyre

Gaute Oliver	Diserud	Strindheim	Bakspiller venstre
Mathias	Pedersen	Strindheim	Bakspiller midtre
Elias	Grongstad	Strindheim	Bakspiller høyre
Andreas	Rosvoldaunet	Strindheim	Bakspiller midtre
Andreas	Stolpen	Utleira	Bakspiller venstre
Alvar Anders	Thomassen	Utleira	Linjespiller
Magnus	Høvde	Utleira	Kantspiller høyre

### Oppmøte 18:30

Krister S.	Midtflå	Byåsen	Bakspiller venstre
Anders V.	Krosby	Byåsen	Bakspiller høyre
Nikolai S.	Ottesen	Ranheim	Bakspiller høyre
Simen V.	Nicolaysen	Ranheim	Bakspiller midtre
Isak	Solhaug	Ranheim	Kantspiller høyre
Ayub	Hamud	Stjørdals-Blink	Linjespiller
Lukas S.	Geving	Stjørdals-Blink	Bakspiller venstre
Ruben K.	Wangberg	Stjørdals-Blink	Bakspiller midtre
David	Eriksen	Stjørdals-Blink	Bakspiller høyre
Thomas L.	Blomstrøm	Charlottenlund	Målvakt
Jesper M.	Jensen	Charlottenlund	Bakspiller høyre
Niklas A.	Brennhaug	Charlottenlund	Kantspiller høyre
Fillip Johannes	Faaren	Sjetne	Bakspiller midtre
Oliver	Dybdahl	Sjetne	Linjespiller
Isak	Skjør vold	Sjetne	Bakspiller høyre
Martin Anders	Kristiansen	Sjetne	Bakspiller venstre
Emil S.	Fossvik	Steinkjer HK	Linjespiller
Souphavith	Tonkanya	Steinkjer HK	Bakspiller venstre
Vetle G.	Tafjord	Steinkjer HK	Bakspiller midtre
Krystian	Wilejto	Steinkjer HK	Målvakt
Sander R.	Kallmyr	Steinkjer HK	Bakspiller venstre
Oskar	Knudsen	Utleira	Målvakt
Elias August	Aarsand	Utleira	Bakspiller høyre
Markus K.	Eriksen	Utleira	Bakspiller midtre
Martin	Granheim	Utleira	Linjespiller
Sondre L.	Bakken	Ørland	Bakspiller midtre
Magnus	Karlsvik	Ørland	Målvakt
Sebastian	Aasgård	Ørland	Kantspiller høyre

Markus	Hoøen	Ørland	Bakspiller venstre
Jonas	Vik	Ørland	Linjespiller
Håkon	Strøm	Ørland	Kantspiller venstre

**Merk:**

Uttak denne samlingen gjelder kun denne samlingen. Fremtidige samlinger kan det bli endringer på hvem som innkalles. Ber om at man merker seg datoene under - hvem som innkalles sees i neste innkalling

**Kommende samlinger:**

Følg med på <a href="http://handball.no">handball.no</a> for neste samlinger	
--	--