

INNKALLING TIL SPILLERUTVIKLING FOR G15 GRUPPE 1 FØDT 2010

Du er en av de som er plukket ut til å være med på spillerutvikling for G15-1.

Samlingene avholdes i:

Samling	Tema	Dato	Hall	Tid	Trenere
Økt 5	Duellspill	15.12.2025	Ekeberghallen A	19.00-20.30	Bjørn Bystrøm Dag Morten S. Taranger

Innkalling av spillere til denne samlingen:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Leon Myhra	Wiik	Bakspiller	Bøler IF**
Eirik Bakkevig	Johansen	Bakspiller	Torp IF
Jonas Ludvig Krogstad	Haaland	Bakspiller	Monolitten IL
Noah Megaard	Jacobsen	Bakspiller	Kråkerøy IL
Filip	Heim-Vidalon	Bakspiller	Bækkelagets SK
Iver Gundersen	Skjæran	Bakspiller	Bækkelagets SK
William Häger	Krabberød	Bakspiller	Kråkerøy IL
Sigurd Ekroll	Lundrud	Bakspiller	Haslum IL
Simon Nikolai Kolflaath	Glatved	Bakspiller	Nordstrand IF**
Guttorm	Søby	Bakspiller, høyre	Haslum IL
Henrik Helle	Andresen	Bakspiller, venstre	Sørumsand IF
Erik	Helland	Flerposisjonsspiller	Ull/Kisa IL
Leonard Nicolai	Lysell-johansen	Flerposisjonsspiller	Sinsen-Refstad IL
Kristian	Lind-Larsen	Kantspiller, høyre	Hk Herulf
Eirik	Haug-Fjellstad	Kantspiller, venstre	Tistedalen TIF
Eskil	Stølan	Kantspiller, venstre	Gjerdrum IL
Edvard Oliver	Støvind	Linjespiller	Fjellhammer IL
Karl Emil Skjennum	Lisle	Linjespiller	Fjellhammer IL
Marius	Samuelson	Linjespiller	Kråkerøy IL
Nathaniel Linderud	Jansen	Målvakt	Kråkerøy IL
Linus Engebakken	Schou	Målvakt	Bækkelagets SK
Arian	Hild	Målvakt	NIT-HAK HK
Elias Kjelsrud	Westgård	Målvakt	Sinsen-Refstad IL

Forfall/Ny spiller inn **

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Jonas Nordbø	Odiin	Bakspiller	Sinsen-Refstad IL
Sebastian	Nordby	Kantspiller, venstre	Oppegård IL
Kenny Vraalsen	Hernes	Bakspiller	Gjerdrum IL
Oskar Holtedahl	Bache	Linjespiller	Oppegård IL

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 får én halløkt, ledet av våre spillerutviklere.
- Møt opp ferdig skiftet.
- Alle spillere skal være 100 % skadefrie og uten sykdomssymptomer.

Husk å ta med:

- Ball
- Drikkeflaske
- Matpakke, frukt og drikke til bespising

Foresatte og klubbtrenerne kan følge økten fra tribunen.

Forfall:

- Er du for tiden skadet skal du melde forfall til Bjørn Bystrøm på mobil: 90753655 eller epost: b_bystrom@hotmail.com

Eventuelle melding om skade/sykdom varsles Tom Fokstuen pr epost tom.fokstuen@handball.no. Merk eposten «forfall Treningssamling G15-1»

Aktivitetsplan 2025/26

Samlingsdato	Tid	Hall	Tema
13.10.2025	19.00-20.30	Ekeberghallen	Skudd
24.11.2025	20.30-22.00	Ekeberghallen	Forvarsteknikker
15.12.2025	19.00-20.30	Ekeberghallen	Duellspill
10.01.2026	12:45-16:00	Vestby Arena	Regional Bylagscup
19.01.2026	20.30-22.00	Ekeberghallen	Valg og vurdering

Strømmen 01.12.2025

Oppdatert 15.12.2025

Med vennlig hilsen

NHF Region Øst
Tom Fokstuen
Spill og trening
Tlf. 459 06 571

tom.fokstuen@handball.no

Bjørn Bystrøm (Trener)
Dag Morten Solberg Taranger (Trener)