

Spillersamling SUM 2000-01 jenter- Tromsø lørdag 12/9-15

NHF Region Nord-Norge innkaller til spillersamling for spillere født 2000 og 2001 i sone 3 Troms- lørdag 12.09.2015.

Program

15 minutter før Oppmøte

1100 – 1300

Og Trening – Tromsøhallen

1500 - 1700

10 minutter etter Oppsummering - Avslutning

Ta med følgende på samlingen:

Ball - fylt med luft FØR du dra på samling.

Vannflaske, evt to om du drikker mye i løpet av en treningsøkt (fylt før vi begynner).

"Mellom-mat" som kan inntas midtveis i - og rett etter samlingen.

Innkalte spillere

Navn	Klubb	Årstall	Pos
Ingeborg Pedersen	BOIF	00	
Nora Solberg	BOIF	00	
Julianne Svendsen	Bardu	00	
Seline Richardsen	Bravo	00	
Mie Bergh	Thk	00	
Sigrid Vorren	Thk	00	
Benedicte Halvorsen	Thk	00	
Fanny Isaksen	thk	00	
Elise K, S, Knutsen	Thk	00	
Bertine H Elvegård	Thk	00	
Tea Solem	Thk	00	
Lisa N Stellander	Thk	00	
Thale Sandnes Halvorsen	Thk	00	
Ina Skommersvik	Thk	00	
Ida Solvang	Thk	00	
Therese Severinsen	Thk	00	
Nora Moe	thk	01	
Karoline Brattrein	Thk	01	
Johanne Kjørstad	Thk	01	
Jenni Tang	Thk	01	
Aurora Johansen	Thk	01	
Maria Andersen	Thk	01	
Marianne Helgesen	Thk	01	
Hedda K Lysnes	Thk	01	
Ingeborg Enoksen	Thk	01	
Sunniva Farup	Thk	01	
Anna Retz	Thk	01	
Ingrid Mortensen	Thk	01	
Hanna K Langgård	Thk	01	

Oda Fuhr	Thk	01	
Ingri-Andrea Gabrielsen	Thk	01	
Siren Brustad	Thk	01	
Sara Skaue	Thk	01	

Om samlingen

Utover høsten fortsetter: - kartlegging av årgangene og - ferdighetsutvikling.

Innenfor ferdighetsutvikling vil vi nå / etter hvert prioritere "bruken av teknikk" i spill/motspill (sammen med medspillere med motspill). I tillegg vil alle økter innlede med prestasjonsfremmende trening (fysiske - og koordinative øvelser som kan tas med til klubbtrening/egentrening før neste samling).

Samlingen ledes av Åse Kristoffersen.

Forfall meldes via sms - tidligst mulig til Åse på tlf 48220910