

**INNKALLING TIL SAMLING FOR SPILLERUTVIKLING NHF REGION ØST
JENTER FØDT 2010 GRUPPE J14-SØR**

| Samling nr./ arrangør klubb | Dato | Klokkeslett | Hall | Tema |
|-----------------------------|------------|-------------|-----------------|----------------------------|
| Samling 1 / Bækkelaget | 14.10.2024 | 19:30-21:00 | Bjørnholthallen | Duellspill |

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 kjebler/flatmarkører og medisinbag.

Innkalling av spillere til denne økten:

| Fornavn | Etternavn | Spillplass | Klubb |
|--------------------------------|-----------------------|---|----------------------|
| Sara | Haug Nicolaysen | Bakspiller | Bjørndal IF |
| Jasmin | Barkouki | Målvakt | Bjørndal IF |
| Nivin | Barkouki | Flerposisjonsspiller (Ks, Bs) | Bjørndal IF |
| Marie | Kalmo Aasen | Bakspiller | Bækkelaget SK |
| Emmy | Amundsen Westby | Bakspiller | Bækkelaget SK |
| Una | Ljevo | Kantspiller, venstre | Bækkelaget SK |
| Stine | Arnseth Enoksen | Bakspiller; | Bækkelaget SK |
| Ella | Krogstad-Ihlebak | Flerposisjonsspiller (Ks, Bs) | Bøler IF |
| Mari | Våland Almås | Bakspiller | Bøler IF |
| Elisa | Degrum Istrefaj | Bakspiller | Bøler IF |
| Kaja Sten | Larsen | Bakspiller | Bøler IF* |
| Ela | Altunøz | Linjespiller | Bøler IF* |
| Maria Izabela Herba | Brynildsen | Målvakt | Bøler IF* |
| Celia Elisabeth | Thorbjørnsen | Flerposisjonsspiller (Bs, Linjespiller) | Lambertseter IF |
| Signe Aune | Syringen | Bakspiller | Lambertseter IF |
| Ellinor Lie | Aune | Kantspiller, venstre | Lambertseter IF |
| Charlotte Klein | Helgesen | Målvakt | Lambertseter IF |
| Amalie | Andenæs | Målvakt | Nordstrand IF |
| Nora | Gulbrandsen | Bakspiller | Nordstrand IF |
| Eline | Kristiansen | Bakspiller | Nordstrand IF |
| Ida | Eriksen | Kantspiller | Nordstrand IF |
| Pernille | Aasdal | Linjespiller | Nordstrand IF |
| Mia | Moflag Løchting | Bakspiller | Oppsal Håndball |
| Eline | Vestli Reisvang | Linjespiller | Oppsal Håndball |
| Mikeline | Loe Eid | Bakspiller | Oppsal Håndball |
| Wilma | Søbak Kallasten | Bakspiller | Oppsal Håndball |

***Forfall**

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 klubbtøy 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 senest 3 dager før samling. **Merk eposten «Forfall SPU J14 Sør»**

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 04.10.2024

Endret 15.10.2024

Med vennlig hilsen

Monica Ellingjord

Spillerutvikler

Tlf. 95145449;

Epost. monicaellingjord@hotmail.com

Tessa Sørensen Afolabi

Spillerutvikler

Tlf. 99250103;

Epost. tessa@tessasorensen.no

Trine Sneeggen Fors

NHF Region Øst Spill & Trening

Tlf. 91372361

Trine.sneeggenfors@handball.no