

INNKALLING TIL SAMLING FOR SPILLERUTVIKLING NHF REGION ØST JENTER FØDT 2010 GRUPPE J14-ØSTFOLD NORD

Samling nr./ arrangør klubb	Dato	Klokkeslett	Hall	Tema
Samling 1 / Gresvik	23.10.2024	17.30-19.00	Gressvikhallen	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 kjepler/flatmarkører og medisinbag.

Innkalling av spillere til denne økten:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Jenny Lykke	Nordby	Bakspiller	Drøbak/Frogn IL
Mona Caroline	Yarleque-Walstad	Målvakt	Drøbak/Frogn IL
Emmeline	Dam-Karlsen	Bakspiller	Drøbak/Frogn IL
Natalie Heitmann	Løvstad	Bakspiller	Drøbak/Frogn IL
Frida	Wiklund	Flerposisjonsspiller (Kv, Bs)	Gressvik IF
Mie	Alvik Ryen	Bakspiller	Gressvik IF
Øline	Bøckmann	Målvakt	Lisleby*
Adele Marie	Fjellheim Simonsen	Bakspiller	Lisleby*
Celine	Pettersen	Bakspiller	Lisleby
Ulrikke	Amundsen	Flerposisjonsspiller (Linjespiller, Bs)	Lisleby*
Maria Primina	Mbedule	Kantspiller (Kv, Kh)	Lisleby**
Ingrid Marie	Odden	Målvakt	Lisleby**
Madeleine	Dragvoll	Bakspiller	Son HK
Tyra	Kanth-Lundem	Bakspiller	Son HK
Nora Eidsvåg	Nordahl	Bakspiller	Son HK
Selma	Wählberg	Bakspiller	Torp IF
Wilma	Haugsten Hansson	Bakspiller	Torp IF
Mia Slettevold	Thorsen	Kantspiller, venstre	Torp IF
Tiril	Fjeld	Målvakt	Torp IF
Mariell	Mathisen Uyanna	Bakspiller	Østsiden
Madelen	Nesse	Linjespiller	Østsiden
Molly	Olsen	Bakspiller	Østsiden
Jenny	Holøs	Bakspiller	Østsiden

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



Norges
Håndballforbund
Region Øst

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 Østfold Nord»**

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 10.10.2024

Endret 22.10.2024

Med vennlig hilsen

Annelee Haagensli Sanengen

Spillerutvikler

Tlf. 93896485;

Epost. annelee.sanengen@gmail.com

Frida Christine Kjuus Christiansen

Spillerutvikler

Tlf. 90940733;

Epost. kjuus_christiansen@hotmail.com

Trine Sneeggen Fors

NHF Region Øst Spill & Trening

Tlf. 91372361

Trine.sneeggenfors@handball.no