

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

Samling nr./ arrangør klubb	Dato	Klokkeslett	Hall	Tema
Samling 2 / Njård	14.11.2024	19:30-21:00	Persbråten Idrettshall	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
Ellinor Solheim	Gjærum	Bakspiller	Kjelsås Håndball
Sigrid Halaas	Irion	Linjespiller	Kjelsås Håndball
Maya	Svendsen	Bakspiller	Kjelsås Håndball
Aline	Sørheim	Bakspiller	Kjelsås Håndball
Julie Ericson	Daae	Flerposisjonsspiller (Kv, Bs)	Korsvoll II*
Kine Amdam	Johansen	Kantspiller, høyre	Korsvoll IL
Jenny Storhaug	Pedersen	Bakspiller	Korsvoll IL**
Milla	Haltbrekken Burkeland	Bakspiller	Monolitten IL
Selma	Herou	Kantspiller, venstre	Monolitten IL
Liv	Mikkelsen Aaeng	Bakspiller	Monolitten IL
Nicoline	Øvrebo	Bakspiller	Monolitten IL*
Maja	Storstad	Bakspiller	Monolitten IL**
Hennie	Børretzen Enger	Målvakt	Monolitten IL**
Esther	Høy-Nintemann	Bakspiller	Njård
Ellen Margrethe	Johannessen	Målvakt	Njård*
Alva Louise	Lybekk	Flerposisjonsspiller (Linjespiller, Bs)	Njård
Milla Aase	Stensland	Bakspiller	Njård
Agnes Sundal	Herland	Bakspiller	Sinsen-Refstad IL*
Marie	Rasmussen	Kantspiller, venstre	Sinsen-Refstad IL
Charlotte	Berlin-Tørum	Målvakt	Sinsen-Refstad IL
Oline	Vedvik	Bakspiller	Ullern Håndball
Emma Haugen	Toft	Bakspiller	Ullern Håndball
Sofie	Leirgulen	Bakspiller	Ullern Håndball
Victoria Ribeiro	Kaspersen	Linjespiller	Årvoll
Ingrid	Wangenstein	Flerposisjonsspiller (Kv, Bs)	Årvoll
Sofie	Lunde	Flerposisjonsspiller (Kv, Bs)	Årvoll
Eir Kristiansdottir	Thon	Målvakt	Årvoll

*Forfall / **ny utøver inn

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 Oslo»**

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 01.11.2024

Endret 14.11.2024

Med vennlig hilsen

Marlene Øien

Spillerutvikler

Tlf. 91399964;

Epost. marleoien@gmail.com

Andrea Gran

Spillerutvikler

Tlf. 47683117;

Epost. andrea.breisetth.gran@hotmail.com

Trine Sneeggen Fors

NHF Region Øst Spill & Trening

Tlf. 91372361

Trine.sneeggenfors@handball.no