

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

Samling nr./ arrangør klubb	Dato	Klokkeslett	Hall	Tema
Samling 2 / Vestre Bærum LIL	29.10.2024	18:00-19:30	Helsethallen	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/ Lag
Erle Øverbakke	Hartz	Bakspiller	Haslum IL*
Isabell Amanda Kiil	Rachlew	Bakspiller	Haslum IL
Hedda	Flo Myhre	Bakspiller	Haslum IL*
Martine Nesheim	Rokne	Målvakt	Haslum IL
Viola Madeleine Allum	Furuhovde	Bakspiller	Haslum IL**
Emma Riise	Vareide	Bakspiller	Haslum IL**
Tyra	Nerbråten	Bakspiller	Gui
Helena	Sollie-Nyborg	Bakspiller	Gui
Mynthe Ovidie	Krisitansen	Linjespiller	Gui*
Martine	Nervold	Flerposisjonsspiller (Kh, Bh)	Holmen*
Maya Henriksen	Hedin	Bakspiller	Holmen**
Ingrid	Gilje	Bakspiller	Holmen**
Sabine	Eggestad	Bakspiller	Jar Idrettslag
Julie Andrea	Lie	Flerposisjonsspiller (Kv, Bs)	Jar Idrettslag
Freya	Wardemann	Kantspiller, venstre	Jar Idrettslag
Sofie	Tunold	Målvakt	Jar Idrettslag
Mille	Stølsnes Ravlo	Flerposisjonsspiller (Kh, Bh)	Snarøya Håndball
Anine Camilla	Bøen Hovring	Linjespiller;	Snarøya Håndball
Sofie Reinertsen	Hippe	Bakspiller	Stabæk
Malenah Lam	Spikkerud	Bakspiller	Stabæk
Christina Djuve	Haffner	Linjespiller	Stabæk*
Nora Oline Fønhus	Orskaug	Linjespiller	Stabæk
Ane	Darre-Næss	Målvakt	Stabæk
Lilly	Mundal	Kantspiller, venstre	Stabæk**
Vilde	Lied	Bakspiller	Vestre Bærum Lommedalens IL
Edda	Ragnarsdottir	Bakspiller	Vestre Bærum Lommedalens IL*
Louise	Brokstad	Bakspiller	Vestre Bærum Lommedalens IL
Julie	Eik	Målvakt	Vestre Bærum Lommedalens IL
June	Strand	Bakspiller	Vestre Bærum Lommedalens IL**
Lilly Elizabeth	Sjölin	Kantspiller, høyre	Øvrevoll Hosle Idrettslag
Sunniva Björk	Vestre	Linjespiller	Øvrevoll Hosle Idrettslag

*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 Vest»**

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 15.10.2024

Endret 29.10.2024

Med vennlig hilsen

Monica Ellingjord

Spillerutvikler
Tlf. 95145449;
Epost. monicaellingjord@hotmail.com

Björn Johannisson

Spillerutvikler
Tlf. 99074225;
Epost. bjorn.johannisson@icloud.com

Trine Sneeggen Fors

NHF Region Øst Spill & Trening
Tlf. 91372361
Trine.sneeggenfors@handball.no