

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

Samling nr./ arrangør klubb	Dato	Klokkeslett	Hall	Tema
Samling 3 / Nit/Hak	12.12.2024	19:30-21:00  <b>NY TID: 19:00-20:30</b>	Lihallen	<a href="#">Skudd</a>

**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
Ada	Hertzenberg	Bakspiller	Fet IL /Sørumsand IF
Marion	Fredriksen	Målvakt	Fet IL /Sørumsand IF
Oda Hølmo	Bakke	Bakspiller	Fet IL /Sørumsand IF
Christina Kaalund	Matatula	Kantspiller (Kv, Kh)	Fet IL /Sørumsand IF
Ingeborg Jacobsen	Eide	Bakspiller	Fet IL /Sørumsand IF
<del>Pia</del>	<del>Lysaker</del>	<del>Kantspiller, venstre</del>	<del>Bjørkelangen sportsforening*</del>
Julie	Næve Evjen	Bakspiller	Lillestrøm HK*
Christiane Olivia	Ruud	Linjespiller	Lillestrøm HK
Emilia	Bielig Riiber	Bakspiller	Lillestrøm HK
Julie	Stokstad Kvalen	Flerposisjonsspiller (Kh, Bs)	Lillestrøm HK*
Aurora	Børsheim Dahl	Bakspiller	Lillestrøm HK
Sina	Smebøle	Målvakt	Lillestrøm HK**
Emma Kristine	Fagerli	Kantspiller, høyre	Lillestrøm HK**
Lilly	Schjeldrup	Bakspiller	Nit-Hak
<del>Maya Børjesson</del>	<del>Solstad</del>	<del>Bakspiller</del>	<del>Nit-Hak*</del>
Nanna	Farstad	Bakspiller	Nit-Hak
Johanna Pedersen	Bruning	Kantspiller, venstre	Nit-Hak
Gurmek	Kaur	Målvakt	Nit-Hak
Ida Emilie	Skott-Hasund	Bakspiller	Nit-Hak**
Ingrid	Hammertoft	Målvakt	Skedsmo Håndballklubb*
Veronica	Pelaez	Bakspiller	Skedsmo Håndballklubb
Linea	Eknes Petersen	Bakspiller	Skedsmo Håndballklubb
Tilde	Barrock	Linjespiller	Skedsmo Håndballklubb
Sanna	Børresen	Kantspiller	Skedsmo Håndballklubb
Linnea	Kvamme Hage	Målvakt	Skedsmo Håndballklubb**

\*Forfall / \*\* ny spiller 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](mailto:Trine.sneeggenfors@handball.no) senest 3 dager før samling. **Merk eposten «Forfall SPU J14 Nedre Romerike»**

#### 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 27.10.2024**

**Endret 11.12.2024**

Med vennlig hilsen

**Sara Krüger**

Spillerutvikler

Tlf. 92423016;

Epost. [saraalexandrakruger@gmail.com](mailto:saraalexandrakruger@gmail.com)

**Espen Næss**

Spillerutvikler

Tlf. 48284694;

Epost. [espen.nass@outlook.com](mailto:espen.nass@outlook.com)

**Trine Sneeggen Fors**

NHF Region Øst Spill & Trening

Tlf. 91372361

[Trine.sneeggenfors@handball.no](mailto:Trine.sneeggenfors@handball.no)