

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

Samling nr./ arrangør klubb	Dato	Klokkeslett	Hall	Tema
Samling 3 / Lisleby	09.12.2024	19:00-20:30	Lislebyhallen	Skudd

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
Emmeline	Dam-Karlsen	Bakspiller	Drøbak/Frogn IL
Jenny Lykke	Nordby	Bakspiller	Drøbak/Frogn IL
Mona Caroline	Yarleque-Walstad	Målvakt	Drøbak/Frogn IL
Natalie Heitmann	Løvstad	Bakspiller	Drøbak/Frogn IL
Frida	Wiklund	Flerposisjonsspiller (Kv, Bs)	Gressvik IF
Mie	Alvik Ryen	Bakspiller	Gressvik IF
Cassandra	Sommer Gundrosen	Målvakt	Gressvik IF
Adele Marie	Fjellheim Simensen	Bakspiller	Lisleby
Oline	Bøckmann	Målvakt	Lisleby
Celine	Pettersen	Bakspiller	Lisleby
Tyra	Kanth-Lundem	Bakspiller	Son HK
Amalie Kråkenes	Hedum	Bakspiller	Son HK
Nora Eidsvåg	Nordahl	Bakspiller	Son HK
Lilja	Simensen	Linjespiller	Torp IF
Mia Slettevold	Thorsen	Kantspiller, venstre	Torp IF
Wilma	Haugsten Hansson	Bakspiller	Torp IF
Madelen	Nesse	Linjespiller	Østsiden
Mariell	Mathisen Uyanna	Bakspiller	Østsiden
Molly	Olsen	Bakspiller	Østsiden
Eline	Hauglid	Målvakt	Østsiden
<i>*meld inn navn på utøver</i>		Målvakt	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 di

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 22.11.2024

Endret 22.11.2024

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