

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

Samling nr./ arrangør klubb	Dato	Klokkeslett	Hall	Tema
Samling 4 / Østsiden	16.01.2025	17:30-19:00	Kongstenhallen	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
Natalie Heitmann	Løvstad	Bakspiller	Drøbak/Frogn IL*
Frida	Wiklund	Flerposisjonsspiller (Kv, Bs)	Gressvik IF
Amanda Emilie	Halvorsen	Flerposisjonsspiller (Bs, Linjespiller)	Gressvik IF
Juliana	Bllacaku	Bakspiller	Lisleby
Ulrikke	Amundsen	Flerposisjonsspiller (Linjespiller, Bs)	Lisleby
Oline	Bøckmann	Målvakt	Lisleby
Amalie Kråkenes	Hedum	Bakspiller	Son HK
Nora Eidsvåg	Nordahl	Bakspiller	Son HK
Madeleine	Dragvoll	Bakspiller	Son HK
Selma	Wåhlberg	Bakspiller;	Torp IF
Ragnhild	Karstensen	Flerposisjonsspiller (Bs, Ks)	Torp IF
Mia Slettevold	Thorsen	Kantspiller, venstre	Torp IF
Tiril	Fjeld	Målvakt	Torp IF
Hannah Linnea	Gonzales Moreno	Bakspiller	Østsiden
Hannah Louise	Kraft Anderson	Bakspiller	Østsiden
Thea	Hauge	Kantspiller, venstre	Østsiden
Molly	Ølsen	Bakspiller	Østsiden*
Eline	Hauglid	Målvakt	Østsiden*
Josefine	Larsen Lorentzen	Målvakt	Østsiden**
Dea	Osmancevic	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 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 13.12.2024

Endret 16.01.2025

Med vennlig hilsen

Annelee Haagensli Sanengen
Spillerutvikler
Tlf. 93896485;
Epost. annelee.sanengen@gmail.com

Frida Christine Kjuus Christiansen
Spillerutvikler
Tlf. 96227343;
Epost. kjuus_christiansen@hotmail.com

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