

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

Samling nr./ arrangør klubb	Dato	Klokkeslett	Hall	Tema
Samling 4 / Raumnes & Årnes	09.01.2025	19:00-20:30	Neshallen	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/ Lag
Isabel	Haugerud	Bakspiller	Eidsvold IF
Celine	Nordal	Kantspiller, venstre	Eidsvold IF
Celine	Korneliussen	Kantspiller, høyre	Eidsvold IF
Medina	Basken Skåksrud	Bakspiller	Frogner IL / Kløfta IL*
Julie	Solevåg Eriksen	Flerposisjonsspiller (Linjespiller, Bs)	Frogner IL / Kløfta IL
Margret Alice	Quiogue-Atienza	Kantspiller, venstre	Frogner IL / Kløfta IL
Selma	Sønderby Bergersen	Kantspiller, høyre	Frogner IL / Kløfta IL**
Amalie Strand	Nymoen	Flerposisjonsspiller (Bs, Kv)	Hurdal IL
Eline Eik	Amundsen	Linjespiller	Hurdal IL
Maiken	Dehli Rudi	Målvakt	Hurdal IL*
Mathilde	Hermansen	Målvakt	Hurdal IL**
Thea Utheim	Sandøy	Linjespiller	Hvam IL
Dina Humstad	Seland	Bakspiller	Hvam IL
Iselin Lillerud	Fornes	Bakspiller	Nannestad IL
Victoria	Ringstad Mora	Flerposisjonsspiller (Kv, Bs)	Nannestad IL
Eldana	Kalsi Fсахatsion	Flerposisjonsspiller (Kv, Kh, Bs)	Raumnes & Årnes IL
Elvira Elouise	Rydberg	Flerposisjonsspiller (Linjespiller, Bs)	Raumnes & Årnes IL
Mia	Husebø-Isaksen	Målvakt	Raumnes & Årnes IL
Tilde	Limnell Holm	Kantspiller, høyre	Ullensaker Kisa
Lina	Noori	Linjespiller	Ullensaker Kisa
Jøy	Oluchi Ginika	Linjespiller	Ullensaker Kisa*
Lina	Grimstad-Kirkeby	Målvakt	Ullensaker Kisa
Selma	Wanvik	Bakspiller	Ullensaker Kisa**
Eline	Øvergård	Bakspille	Gjerdrum Idrettslag
Jenny	Amundrud	Kantspiller (Kv, Kh)	Gjerdrum idrettslag
Tuva	Sæteren	Linjespiller	Gjerdrum Idrettslag
Ella	Ljønes	Målvakt	Gjerdrum Idrettslag

*Forfall/rullerer / **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



Norges
Håndballforbund
Region Øst

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 Romerike 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 11.12.2024

Endret 09.01.2025

Med vennlig hilsen

Tina Håtun

Spillerutvikler

Tlf. 90097759;

Epost. tina_haatun@hotmail.com

Lars Erik Aas

Spillerutvikler

Tlf. 90917057;

Epost. aaslarse@gmail.com

Trine Sneeggen Fors

NHF Region Øst Spill & Trening

Tlf. 91372361

Trine.sneeggenfors@handball.no