

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

Samling nr./ arrangør klubb	Dato	Klokkeslett	Hall	Tema
Samling 4 / Snarøya	10.12.2024	17:30-19:00	Hundsundhallen	<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/ Lag
Erle Øverbakke	Hartz	Bakspiller	Haslum IL
Hedda	Flo Myhre	Bakspiller	Haslum IL*
Sofie Hauge	Cheyne	Kantspiller, venstre	Haslum IL*
Emma Riise	Vareide	Bakspiller	Haslum IL**
Maja Nerheim	Gullhaugen	Kantspiller, venstre	Haslum IL**
Helena	Sollie-Nyborg	Bakspiller	GUI
Mynthe Ovidie	Krisitansen	Linjespiller	GUI**
Maria Solum	Sørensen	Bakspiller	GUI**
Tyra	Nerbråten	Bakspiller	GUI**
Martine	Nervold	Flerposisjons-spiller (Kh, Bh)	Holmen*
Ingrid	Gilje	Bakspiller	Holmen*
Oline	Algerøy	Målvakt	Holmen
Maya Henriksen	Hedin	Bakspiller	Holmen**
Sofie	Tunold	Målvakt	Jar Idrettslag
Olivia	Lorentzen Fallico	Linjespiller	Jar Idrettslag*
Julie Andrea	Lie	Flerposisjons-spiller (Kv, Bs)	Jar Idrettslag*
Anna	Tysnes Sukka	Bakspiller	Jar Idrettslag
Amelia Karimiha	Hage	Bakspiller	Jar Idrettslag**
Sabine	Eggestad	Bakspiller	Jar Idrettslag**
Mille	Stølsnes Ravlo	Flerposisjons-spiller (Kh, Bh)	Snarøya Håndball
Anine Camilla	Bøen Hovring	Linjespiller	Snarøya Håndball
Ane	Darre-Næss	Målvakt	Stabæk
Lilly	Mundal	Kantspiller, venstre	Stabæk
Sofie Reinertsen	Hippe	Bakspiller	Stabæk
Nora Oline Fønhus	Orskaug	Linjespiller	Stabæk
Ella Marie Rebekka	Rognli	Bakspiller	Stabæk
Isabella	Lynaas Meek	Linjespiller	Vestre Bærum Lommedalens IL*
Edda	Ragnarsdottir	Bakspiller	Vestre Bærum Lommedalens IL
Louise	Brokstad	Bakspiller	Vestre Bærum Lommedalens IL*
Ragnhild	Smedsplass	Målvakt	Vestre Bærum Lommedalens IL
June	Strand	Bakspiller	Vestre Bærum Lommedalens IL*
Lilly Elizabeth	Sjölin	Kantspiller, høyre	Øvrevoll Hosle Idrettslag*
Sunniva Bjørk	Vestre	Linjespiller	Øvrevoll Hosle Idrettslag*
Othilie Urnes	Sandåg	Bakspiller	Øvrevoll Hosle Idrettslag**
Eline Espinola	Hannisdahl	Bakspiller	Øvrevoll Hosle Idrettslag**

\*Rullerer eller 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](mailto: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 26.11.2024**

**Endret 10.12.2024**

Med vennlig hilsen

#### **Monica Ellingjord**

Spillerutvikler  
Tlf. 95145449;  
Epost. [monicaellingjord@hotmail.com](mailto:monicaellingjord@hotmail.com)

#### **Björn Johannisson**

Spillerutvikler  
Tlf. 99074225;  
Epost. [bjorn.johannisson@icloud.com](mailto:bjorn.johannisson@icloud.com)

#### **Trine Sneeggen Fors**

NHF Region Øst Spill & Trening  
Tlf. 91372361  
[Trine.sneeggenfors@handball.no](mailto:Trine.sneeggenfors@handball.no)