

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

Samling nr./ arrangør klubb	Dato	Klokkeslett	Hall	Tema
Samling 5 / Lisleby	10.02.2025	19:00-20:30	Lisleby hallen	<a href="#">Valg</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
Emmeline	Dam-Karlsen	Bakspiller	Drøbak Frogn*
Jenny Lykke	Nordby	Bakspiller	Drøbak Frogn*
Natalie Heitmann	Løvstad	Bakspiller	Drøbak Frogn
Suna	Persson	Bakspiller	Drøbak Frogn**
Mona Caroline	Yarleque-Walstad	Målvakt	Drøbak Frogn*
Malin	Danielsen	Linjespiller	Drøbak Frogn**
Amanda Emilie	Halvorsen	Flerposisjonsspiller (Bs, Linjespiller)	Gresvik IF
Mie	Alvik Ryen	Bakspiller	Gresvik IF
Cassandra	Sommer Gundrosen	Målvakt	Gresvik IF
Adele Marie	Fjellheim Simensen	Bakspiller	Lisleby FK*
Celine	Pettersen	Bakspiller	Lisleby FK
Ingrid Marie	Odden	Målvakt	Lisleby FK*
Alma Mathilde	Paulsberg	Linjespiller	Lisleby FK**
Oline	Bøckmann	Målvakt	Lisleby FK**
Nora Eidsvåg	Nordahl	Bakspiller	Son HK
Madeleine	Dragvoll	Bakspiller	Son HK
Tyra	Kanth-Lundem	Bakspiller	Son HK
Selma	Wåhlberg	Bakspiller	Torp IF
Wilma	Haugsten Hansson	Bakspiller	Torp IF
Lilja	Simensen	Linjespiller	Torp IF
Mariell	Mathisen Uyanna	Bakspiller	Østsiden IL
Molly	Olsen	Bakspiller	Østsiden IL
Madelen	Nesse	Linjespiller	Østsiden IL
Dea	Osmancevic	Bakspiller	Østsiden IL
Sanna Othilie	Papp-Eriksen	Målvakt	Østsiden IL

### 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](mailto: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 31.01.2025**

**Endret 10.02.2025**

Med vennlig hilsen

**Annelee Haagensli Sanengen**  
Spillerutvikler  
Tlf. 93896485;  
Epost. [annelee.sanengen@gmail.com](mailto:annelee.sanengen@gmail.com)

**Frida Christine Kjuus Christiansen**  
Spillerutvikler  
Tlf. 96227343;  
Epost. [kjuus\\_christiansen@hotmail.com](mailto:kjuus_christiansen@hotmail.com)

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