

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

Samling nr./ arrangør klubb	Dato	Klokkeslett	Hall	Tema
Samling 6 / NHF Region Øst	10.02.2025	19:00-20:30	Ekeberghallen	<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 kjebler/flatmarkører og medisinbag.

**Innkalling av spillere til denne økten:**

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Ellinor Solheim	Gjærum	Bakspiller	Kjelsås IL
<del>Maya</del>	<del>Svendsen</del>	<del>Bakspiller</del>	<del>Kjelsås IL*</del>
Sigrid Halaas	Irion	Linjespiller	Kjelsås IL
Aline	Sørheim	Bakspiller	Kjelsås IL
Anabelle	Hestenes Tomulevski	Kantspiller, venstre	Kjelsås IL**
<del>Jenny Storhaug</del>	<del>Pedersen</del>	<del>Bakspiller</del>	<del>Korsvoll IL*</del>
Amalie Romfog	Hauge	Bakspiller	Korsvoll IL
Matilde	Bakken-Svånå	Kantspiller	Korsvoll IL**
Milla	Haltbrekken Burkeland	Bakspiller	Monolitten IL
Selma	Herou	Kantspiller, venstre	Monolitten IL
Martine	Wadd Henrichsen	Bakspiller	Monolitten IL
Liv	Mikkelsen Aaeng	Bakspiller	Monolitten IL
Hennie	Børretzen Enger	Målvakt	Monolitten IL
Giulia	Tambuscio Kloster	Målvakt	Monolitten IL
Selma Skaare	Tanderø	Bakspiller	Njård
Alva Louise	Lybekk	Flerposisjons-spiller (Linjespiller, Bs)	Njård
Victoria Devold	Sedlmayr	Bakspiller	Njård
<del>Charlotte</del>	<del>Berlin Tørum</del>	<del>Målvakt</del>	<del>Sinsen Refstad IL*</del>
<del>Agnes Sundal</del>	<del>Herland</del>	<del>Bakspiller</del>	<del>Sinsen Refstad IL*</del>
<del>Marie</del>	<del>Rasmussen</del>	<del>Kantspiller, venstre</del>	<del>Sinsen Refstad IL*</del>
Oline	Vedvik	Bakspiller	Ullern IF
Emma Haugen	Toft	Bakspiller	Ullern IF
Sofie	Leirgulen	Bakspiller	Ullern IF
Klara	Weiby	Bakspiller	Årvoll IL
Ella	Galtung	Bakspiller	Årvoll IL
<del>Ingrid</del>	<del>Wangensteen</del>	<del>Flerposisjons-spiller (Kv, Bs)</del>	<del>Årvoll IL*</del>
Eir Kristiansdottir	Thon	Målvakt	Årvoll IL
Olivia Nord	Ekstrøm	Linjespiller	Årvoll IL**

\*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 Oslo»**

#### 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 27.01.2025**

**Endret 10.02.2025**

Med vennlig hilsen

**Marlene Øien**

Spillerutvikler

Tlf.91399964;

Epost. [marleoien@gmail.com](mailto:marleoien@gmail.com)

**Andrea Gran**

Spillerutvikler

Tlf. 47683117;

Epost. [andrea.breisetth.gran@hotmail.com](mailto:andrea.breisetth.gran@hotmail.com)

**Trine Sneeggen Fors**

NHF Region Øst Spill & Trening

Tlf. 91372361

[Trine.sneeggenfors@handball.no](mailto:Trine.sneeggenfors@handball.no)