

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

Samling nr./ arrangør klubb	Dato	Klokkeslett	Hall	Tema
Samling 6 / Holmen /GUI	10.02.2025	20:30-22:00	Holmenhallen NY Hall: Vollenhallen	Valg

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 medisnibag.

Innkalling av spillere til denne økten:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb/ Lag
Hedda	Flo-Myhre	Bakspiller	Haslum IL*
Maja Norheim	Gullhaugen	Kantspiller, venstre	Haslum IL*
Ebba	Falck-Ytter	Linjespiller	Haslum IL
Lisa	Borge	Bakspiller	Haslum IL**
Erle Øverbakke	Hartz	Bakspiller	Haslum IL**
Tyra	Nerbråten	Bakspiller	Holmen IF /GUI SK
Helena	Sollie-Nyborg	Bakspiller	Holmen IF /GUI SK
Mynthe Ovidie	Krisitansen	Linjespiller	Holmen IF /GUI SK
Maya Henriksen	Hedin	Bakspiller	Holmen IF /GUI SK
Oline	Algerøy	Målvakt	Holmen IF /GUI SK
Sofie	Tunold	Målvakt	Jar IL
Anna	Tysnes Sukka	Bakspiller	Jar IL
Amelia Karimiha	Hage	Bakspiller	Jar IL*
Julie Andrea	Lie	Flerposisjons-spiller (Kv, Bs)	Jar IL
Olivia	Lorentzen Fallico	Linjespiller	Jar IL**
Mille	Stølsnes Ravlo	Flerposisjons-spiller (Kh, Bh)	Snarøya Håndball
Anine Camilla	Bøen Hovring	Linjespiller	Snarøya Håndball
Ane	Darre-Næss	Målvakt	Stabæk
Christina Djuve	Haffner	Linjespiller	Stabæk
Nora Oline Fønhus	Ørskaug	Linjespiller	Stabæk*
Malenah Lam	Spikkerud	Bakspiller	Stabæk*
Sofia Skaug	Futsæter	Kantspiller, venstre	Stabæk
Cornelia Hermansen	Vintereidet	Linjespiller	Stabæk*
Camille Resen	Gran	Linjespiller	Stabæk**
Lilly	Mundal	Kantspiller, venstre	Stabæk**
Edda	Ragnarsdottir	Bakspiller	Vestre Bærum Lommedalen IL*
Vilde	Lied	Bakspiller	Vestre Bærum Lommedalen IL*
June	Strand	Bakspiller	Vestre Bærum Lommedalen IL
Julie	Eik	Målvakt	Vestre Bærum Lommedalen IL*
Isabella	Lynaas Meek	Linjespiller	Vestre Bærum Lommedalen IL**
Ragnhild	Smedsplass	Målvakt	Vestre Bærum Lommedalens IL**
Lilly Elizabeth	Sjölin	Kantspiller, høyre	Øvrevoll Hosle IL
Sunniva Bjørk	Vestre	Linjespiller	Øvrevoll Hosle IL*
Aurora	Nord	Flerposisjons-spiller	Øvrevoll Hosle IL**

*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 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 27.01.2025

Endret 10.02.2025

Med vennlig hilsen

Monica Ellingjord

Spillerutvikler
Tlf. 95145449;
Epost. monicaellingjord@hotmail.com

Björn Johannisson

Spillerutvikler
Tlf. 99074225;
Epost. bjorn.johannisson@icloud.com

Trine Sneeggen Fors

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