

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

Samling nr./ arrangør klubb	Dato	Klokkeslett	Hall	Tema
Samling 7 / Hurdal IL	27.03.2025	18:30-20:00	Hurdalshallen	Forsvarsteknikker

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
Celine	Nordal	Kantspiller, venstre	Eidsvold idrætsforening
Celine	Korneliussen	Kantspiller, høyre	Eidsvold idrætsforening
Hedda	Sivertsen	Målvakt	Eidsvold idrætsforening *
Isabel	Haugerud	Bakspiller	Eidsvold idrætsforening
Maya	Flage	Målvakt	Eidsvold idrætsforening **
Kristine	Pronstad-Gresmo	Bakspiller	Frogner IL / Kløfta IL *
Margret Alice	Quiogue-Atienza	Kantspiller, venstre	Frogner IL / Kløfta IL
Selma	Sønderby Bergersen	Kantspiller, høyre	Frogner IL / Kløfta IL *
Isabell	Dempster	Målvakt	Frogner IL / Kløfta IL
Medina	Basken-Skåksrud	Bakspiller	Frogner IL / Kløfta IL *
Pernille	Nysted	Bakspiller	Frogner IL / Kløfta IL **
Sara	Corsi	Kantspiller, venstre	Frogner IL / Kløfta IL **
Eline	Øvergård	Bakspiller	Gjerdrum
Elise	Mossevik	Bakspiller	Gjerdrum
Karoline	Sørli	Bakspiller	Gjerdrum
Julie	Strand-Lundberg	Bakspiller	Hurdal Idrettslag
Otilie Gjellestad	Teigen	Kantspiller (Kv, Kh)	Hurdal Idrettslag
Thea Utheim	Sandøy	Linjespiller	Hvam IL
Dina Humstad	Seland	Bakspiller	Hvam IL *
Julie	Bratlie	Målvakt	Hvam IL
Sara-Helen	Benjaminsen Holseth	Kantspiller	Hvam IL **
Dafina	Kameraj	Bakspiller	Nannestad
Elida Marie	Hem	Bakspiller	Nannestad
Eldana	Kalsi Fsahtsion	Flerposisjonsspiller (Kv, Kh, Bs)	Raumnes & Årnes
Elvira Louise	Rydberg	Flerposisjonsspiller (Linjespiller, Bs)	Raumnes & Årnes
Emma	Søderholm	Målvakt	Ull-Kisa
Lina	Noori	Linjespiller	Ull-Kisa
Tarsha	Subaskaran	Bakspiller	Ull-Kisa
Ylva Sørsæther	Gaasdal	Bakspiller	Ull-Kisa

***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 klubbttøy 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 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 13.03.2025

Endret 27.03.2025

Med vennlig hilsen

Tina Håttun

Spillerutvikler

Tlf. 90097759;

Epost. tina_haattun@hotmail.com

Lars Erik Aas

Spillerutvikler

Tlf. 90917057;

Epost. aaslarse@gmail.com

*Forfall

Trine Sneeggen Fors

NHF Region Øst Spill & Trening

Tlf. 91372361

Trine.sneeggenfors@handball.no