



Innkalling til SPU-samling J15 i Nordmøre & Romsdal

Les gjerne om SPU-samlinger generelt på handball.no under spillerutvikling.

Ta med:

- Du skal stille i klubbdrakt med tall, og gjerne teip navnet ditt på brystet
- Ball og drikkeflaske
- Klister og klisterfjerner
- Annet nødvendig treningsutstyr

Eventuelle meldinger om skade/sykdom eller forfall varsles Jan Sindre Bergsvik per telefon 90186821. Skriv fullt navn, klubb, hvilken samling det gjelder og kort begrunnelse for forfallet. Spørsmål utenfor den aktuelle økta rettes også til Victoria Koen per tlf eller mail (se under).

Økt	Dato/klokkeslett	Sted	Tema
2 av 6	10.november 2022 19:30-21:00	Molde Arena	Individuell forsvarsteknikk

Oppmøte 15min før samling, ferdig skiftet og klar til aktivitet.

Følgende spillere møter på oppsatt samling:

Elnesvågen	Tiril	Kringstad	Bakspiller
Kristiansund HK	Danica	Petrović	Bakspiller
Kristiansund HK	Marie Hopmark	Aasprong	Bakspiller
Midsund IL	Maria	Sanden	Bakspiller
Molde HK	Emilie Akselvoll	Bakkemyr	Bakspiller
Molde HK	Sara Hammer	Svendsen	Bakspiller
Molde HK	Kristine	Kvalsnes	Bakspiller
Rival	Guro	Bringslid	Bakspiller
Åndalsnes	Siren	Herje	Bakspiller
Åndalsnes	Leah	Oshaug	Bakspiller/kantspiller
Midsund IL	Oda Celine	Rosvik	Bakspiller/linjespiller
Elnesvågen	Mari Flønes	Gjendum	Kantspiller
Kristiansund HK	Anneline	Olset	Kantspiller
Molde HK	Leni	Hafstad	Kantspiller venstre
Åndalsnes	Albertine	Einang	Kantspiller venstre
Elnesvågen	Linnea	Iversen	Linjespiller
Molde HK	Mari Kortner	Lystad	Linjespiller
Elnesvågen	Jenny Elise	Lyngstad	Målvakt
Kristiansund HK	Pauline Kravik	Engvig	Målvakt
Molde HK	Kathrine	Østby	Målvakt
Åndalsnes	Oda	Talseth	Målvakt

Innrapportering spillere:

Vi er åpne for å vurdere spillere som utvikler seg i løpet av sesongen, og det kan også hende at vi mangler noen som absolutt burde vært med. Klubbtrener skal da sende en epost til på følgende epost adresse: victoria.koen@handball.no. Eposten skal inneholde navn på spiller samt utdypende informasjon om spillerens kvaliteter. Merk mail med «SPU15, innmelding spiller». Det er i klubb utviklingen skjer, og det kommer flere samlinger.