



Innkalling til SPU-samling G14 i Møre og Romsdal

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

| Økt | Dato/klokkeslett | Sted | Tema |
|-----|---------------------------------|---------------|--|
| 1 | 18.februar 2023 12:30-14:00 | Vestneshallen | Duellspill og finteteknikk |
| 2 | 18. februar 2023 16:30-18:00 | Vestneshallen | Individuell forsvarsteknikk |

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

Ta med:

- Du skal stille i klubbdrakt med tall, og gjerne teip navnet ditt på brystet
- Ball og drikkeflaske
- Annet nødvendig treningsutstyr
- Matpakke til mellom øktene

Eventuelle meldinger om skade/sykdom eller forfall varsles Victoria Koen per telefon 90626705. Skriv fullt navn, klubb, hvilken samling det gjelder og kort begrunnelse for forfallet.

Spørsmål utenfor den aktuelle økta rettes til Victoria Koen (906 26 705) eller mail (se under).

Følgende spillere møter på oppsatt samling:

| | | | |
|--------------|-------------------|----------------|---------------------|
| Langevåg | Emrik Østrem | Vartdal | Bakspiller |
| SIF/Hessa IL | Mathias | Hessen | Bakspiller |
| SIF/Hessa IL | Joakim | Jensen | Bakspiller |
| SIF/Hessa IL | Eric | Major | Bakspiller |
| SK Rival | Benjamin Kvernmo | Størdal | Bakspiller |
| SK Rival | Bjørn Olav | Dalheim | Bakspiller |
| SK Rival | Kristoffer Rørhus | Vatne | Bakspiller |
| SK Rival | Martin | Sæther | Bakspiller |
| SK Rival | Lukas | Asprem | Bakspiller |
| Spjelkavik | Aksel | Johansen | Bakspiller |
| Ørsta IL | Håkon Strand | Stokke | Bakspiller |
| Ørsta IL | Elias Nupen | Lothe | Bakspiller |
| Aksla il | Christoffer Seth | Sandvik | Kantspiller høyre |
| Blindheim | Mads | Berge-Falkevik | Kantspiller høyre |
| Elnesvågen | Mathias | Myrbostad | Kantspiller høyre |
| Langevåg | Philip Sporsheim | Grytten | Kantspiller høyre |
| SIF/Hessa IL | Marcus | Stockus | Kantspiller høyre |
| Blindheim | Jens Petter | Hoel | Kantspiller venstre |
| Langevåg | Vetle Kvalheim | Kupen | Kantspiller venstre |
| SK Rival | Leon Gangeskar | Horneland | Kantspiller venstre |
| Spjelkavik | Jonas | Kleivland | Kantspiller venstre |
| Bergsøy | Inge | Hovlid | Linjespiller |
| SK Rival | Eirik Håset | Berg | Linjespiller |
| Spjelkavik | Sigurd | Blindheim | Linjespiller |
| Sula | Mathias Lunden | Sylte | Linjespiller |
| Blindheim | Kasparas | Savickas | Målvakt |
| SK Rival | Simon | Mordal | Målvakt |
| SK Rival | Martin Ødegård | Flemsæterhaug | Målvakt |
| Spjelkavik | Jørgen | Hole | Målvakt |

Posisjonen du er innkalt som, er posisjonen du spiller på samlingen. Det kan ikke byttes før og under denne samlingen, men du kan gi beskjed hvis det er ønskelig å spille en annen posisjon senere.