



## Innkalling til SPU-samling J14 i Nordmøre og Romsdal

Les gjerne om SPU-samlinger generelt på [handball.no](http://handball.no) under spillerutvikling.

Økt	Dato/klokkeslett	Sted	Tema
2 av 3	28. februar 2023 18:00-19:30	Atlanten Idrettshall	<a href="#">Individuell forsvarsteknikk</a>

**Oppmøte 20min før samling, ferdig skiftet og klar til aktivitet.**

Ta med:

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

### Skadet/syk?

Eventuelle meldinger om skade/sykdom eller forfall varsles John Erik Klinge per telefon 47020360. Skriv fullt navn, klubb, hvilken samling det gjelder og kort begrunnelse for forfallet.

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

### Følgende spillere møter på oppsatt samling:

Elnesvågen	Hedda Vestavik	Sandøy	Bakspiller
Elnesvågen	Christina	Vederhus	Bakspiller
Kristiansund	Lerke Torkildsdatter Hjelen	Sagli	Bakspiller
Molde HK	Julie	Haanes	Bakspiller
Molde HK	Frøya	Holsen Nakken	Bakspiller
Molde HK	Caroline	Gjerde	Bakspiller
SK Rival	Veslemøy Victoria Hoem	Eriksen	Bakspiller
SK Rival	Sofie Flemmen	Almås	Bakspiller
SK Rival	Ava Nistad	Rudi	Bakspiller
SK Rival	Olea	Nustad	Bakspiller
Vestnes varfjell	Nathalie	Vikås	Bakspiller
Vestnes varfjell	Solvår Løvik	Osdal	Bakspiller
Åndalsnes	Anna Isabelly Da Silva	Sæther	Bakspiller
Åndalsnes	Sunniva Bakke	Aukrust	Bakspiller
Elnesvågen	Sofie Løset	Rimul	Kantspiller venstre
Midsund	Ada	Godø	Kantspiller venstre
SK Træff	Linnea	Ellingsen	Kantspiller venstre
Vestnes varfjell	Ninett Overaa	Hole	Kantspiller venstre
Elnesvågen	Tomine	Kjørsvik	Linjespiller
Kristiansund	Solveig	Eeg	Linjespiller
Midsund	Katharina Lydersen	Tangen	Linjespiller
SK Rival	Vilde	Karlsen	Linjespiller
Vestnes varfjell	Hedda Marie	Løvik	Linjespiller
Kristiansund	Tiril Gautvik	Berg	Målvakt
SK Træff	Oda	Oterhals	Målvakt
Vestnes varfjell	Jorunn Bråten	Sanden	Målvakt
Åndalsnes	Cathinka Skjelbostad	Staurset	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.*