



## Innkalling til SPU-samling J14 i Helgeland

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

Økt	Dato/klokkeslett	Sted	Tema
1 av 4	26. februar 2023 11:30-13:00	Kippermoen idrettshall	<a href="#">Duellspill</a> og <a href="#">finteteknikk</a>
2 av 4	26. februar 2023 15:30-17:00	Kippermoen idrettshall	<a href="#">Individuell forsvarsteknikk</a>

**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
- Skifteklær/dusjtøy til mellom øktene og etter siste økt
- 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:**

Korgen IL	Johanne	Pettersen-Øverleir	Bakspiller
Terråk idrettslag	Lina Helstad	Berntsen	Bakspiller
Hemnes IL	Selma	Nilsen	Bakspiller
Sømna	Hedda Einvoll	Sirevaag	Bakspiller
Mosjøen Håndballklubb	Madelen	Ravatn	Bakspiller
Mosjøen Håndballklubb	Gazel	Ackay	Bakspiller
Rørvik	Marte	Eidshaug	Bakspiller
Rørvik	Astrid	Krystad	Bakspiller
Sandnessjøen idrettslag	Signe	Kjeldsand	Bakspiller
Sandnessjøen idrettslag	Erle Dorthea Helstad	Aaker	Bakspiller
Sandnessjøen idrettslag	Ikran	Salaad	Bakspiller
Sandnessjøen idrettslag	Tuva Edvinsen	Karlsen	Bakspiller
Korgen IL	Olea	Evjen - Kristiansen	Bakspiller/Kantspiller
Rørvik	Vida	Anthonsen	Bakspiller/Kantspiller
Sandnessjøen Idrettslag	Erika	Sørnes	Bakspiller/Linjespiller
Hemnes IL	Marte Skjæran	Bøhli	Kantspiller
Sømna	Alida Sund	Bjørnseth	Kantspiller
Sandnessjøen idrettslag	Ane Ellinor	Skogsholm	Kantspiller
Sandnessjøen idrettslag	Vilde	Larsen	Kantspiller
Rørvik	Ingeborg	Engesvik	Kantspiller venstre
Terråk idrettslag	Amalie Busch	Næsvoid	Linjespiller
Bossmo & Ytteren IL	Mathilde	Soleglad	Linjespiller
Hemnes IL	Frida	Lauvbakk	Linjespiller
Mosjøen Håndballklubb	Embla	Sørvig	Linjespiller
Bossmo & Ytteren IL	Leonie	Wiltsh	Målvakt
Hemnes IL	Tuva	Andersen	Målvakt
Mosjøen Håndballklubb	Julie	Kummermo	Målvakt
Rørvik	Synne	Karlsen	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.*