



## Innkalling til SPU-samling J14 i Salten

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

Økt	Dato/klokkeslett	Sted	Tema
1	25. mars 2023 12:30-14:00	Bodø Spektrum B	<a href="#">Duellspill</a> og <a href="#">finteteknikk</a>
2	25. mars 2023 16:30-18:00	Bodø Spektrum B	<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 sms 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:**

Bodø HK	Cornelia	Bråten	Bakspiller
Bodø HK	Eline	Lyngsnes	Bakspiller
Rognan	Emilie	Kulseth	Bakspiller
Bodø HK	Emma Sofie	Figenschau	Bakspiller
Bodø HK	Erle	Nohr	Bakspiller
Rognan IL	Frida	Kristensen	Bakspiller
Rognan IL	Ihne	Aarøe	Bakspiller
IL Splint	Julie Marie	Holand-Nilsen	Bakspiller
Bodø HK	Leah	Hognes	Bakspiller
Bodø HK	Linnea	Rendal	Bakspiller
Bodø HK	Marie Monssen	Handberg	Bakspiller
Junkeren	Ronja	Steffensen	Bakspiller
Junkeren	Emilie Aanes	Hansen	Bakspiller
Ørnes	Alexandra	Brekkan	Bakspiller/kantspiller
Rognan	Rakel	Amundsen	Kantspiller
Valnesfjord	Evanna Furnes	Skagen	Kantspiller høyre
Rognan IL	Emilie	Olsen	Kantspiller venstre
Bodø HK	Ingrid Monssen	Handberg	Kantspiller venstre
Rognan IL	Mathilde	Molid	Kantspiller venstre
Bodø HK	Mia	Bremnes	Kantspiller venstre
Rognan IL	Alexandra	Hansen	Linjespiller
Valnesfjord	Andrea Arntzen	Hansen	Linjespiller
Ørnes	Ane Mathilde	Engen	Linjespiller
Bodø HK	Anna-Emilie	Nestvold	Linjespiller
Bodø HK	Charlotte	Kristiansen	Linjespiller
Finneid/Valnesfjord	Sofia Strømsnes	Johnsen	Linjespiller
Bodø HK	Sonja Danzinger	Rengård	Linjespiller
Rognan	Sigrid Aure	Jansen	Linjespiller/kantspiller
Rognan IL	Angela	Moen	Målvakt
Bodø HK	Josefine Emilie	Pedersen	Målvakt
Finneid/Valnesfjord	Sofia	Pedersen	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.*

### **Innmelding spillere:**

Er det åpenbare spillere som mangler og burde få muligheten, gi beskjed! Vi er også åpne for å vurdere spillere som utvikler seg i løpet av sesongen. Klubbtrener skal da sende en epost til følgende epost-adresse: [victoria.koen@handball.no](mailto:victoria.koen@handball.no). Eposten skal inneholde navn på spiller samt utdypende informasjon om spillerens kvaliteter. Merk mail med «SPU14, innmelding spiller».