



## Innkalling til SPU-samling J15/16 i Lødingen

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

Økt	Dato/klokkeslett	Sted	Tema
5 av 6	12.mars 2023 14:00-15:30	Lødingenhallen	<a href="#">Individuell forsvarsteknikk</a>
6 av 6	12. mars 2023 18:30-20:00	Lødingenhallen	<a href="#">Angrepsspill</a> (Pådrag-viderespill og kryss)

**Oppmøte 10min 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 og drikkeflaske
- Klister og klisterfjerne
- Matpakke til mellom øktene
- Annet nødvendig treningsutstyr

**Syk, skadet, slutta?** Eventuelle meldinger om skade/sykdom eller forfall varsles Victoria Koen per telefon 906 26 705. 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:**

HK Landsås	Rakel Marlen Myhre	Ørnstrud	Bakspiller
Kabelvåg/Svolvær	Stine Løvdal	Matras	Bakspiller
Leknes	Frida	Angel	Bakspiller
NOR	Marte Dahl	Arnøy	Bakspiller
NOR HK	Malin	Johnsen	Bakspiller
Sortland hk	Ida	Vollheim	Bakspiller
Sortland hk	Johanne	Bjørlo	Bakspiller
Svolvær IL	Ingrid Auran	Ellingsen	Bakspiller
Svolvær IL	Mille	Walsøe	Bakspiller
HK Landsås	Emilie	Jørgensen	Bakspiller
Harstad HK	Tiril	Lyså	Bakspiller høyre
Leknes HK	Christine	Lockert Karlsen	Bakspiller høyre
Sortland hk	Pernille	Valen	Bakspiller høyre
Harstad HK	Martine	Halland	Bakspiller/kantspiller
Sortland hk	Lea	Fenes	Bakspiller/kantspiller
Leknes	Marie	Ellingsen	Kantspiller
NOR	Erle Solberg	Kristensen	Kantspiller
HK Landsås	Malene	Ytterstad-Sofienlund	Kantspiller
HK Landsås	Olivia	Biegala	Kantspiller
NOR	Amalie	Strømholt	Kantspiller
Harstad HK	Andrea	Karlsen	Kantspiller
Kabelvåg/Svolvær	Lilly Levi	Skulstad	Kantspiller/bakspiller
Harstad HK	Selma	Collin	Linjespiller
HK Landsås	Mathea Rubach	Berg	Linjespiller
Leknes	Thea	Brattli	Linjespiller
NOR HK	Maia	Kleiving	Linjespiller
Harstad HK	Annie Volden	Evensen	Målvakt
HK Landsås	Angelica	Øvereng-Davidsen	Målvakt
Sortland hk	Astrid	Suhr	Målvakt
Sortland hk	Live	Kristiansen	Målvakt

Fokuset for målvakt vil være tilknyttet tema, men man kan forberede seg med å se [her!](#)