



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

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

Økt	Dato/klokkeslett	Sted	Tema
5 av 6	26. februar 2023 10:00-11:30	Kippermoen idrettshall	<a href="#">Individuell forsvarsteknikk</a>
6 av 6	26. februar 2023 14:00-15:30	Kippermoen idrettshall	<a href="#">Angrepsspill (pådrag- viderespill og kryss)</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
- Klister og klisterfjerner
- 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:**

Sandnessjøen	Sarah	Hauvik	Bakspiller
Brønnøysund	Inger Linea	Jægersen	Bakspiller
Bossmo & Ytteren	Emma Venes	Yttervik	Bakspiller
Bossmo & Ytteren	Sanna	Berge	Bakspiller
Bossmo & Ytteren	Hedda Solvang	Rødahl	Bakspiller
Brønnøysund	Bertine Alexandra	Lund	Bakspiller
Brønnøysund	Silja	Hjelmseth	Bakspiller
Brønnøysund	Signe	Lyngøy	Bakspiller
Rørvik	Nora	Olsen	Bakspiller
Rørvik	Mina Nygård	Kristensen	Bakspiller
Selfors Ungdomslag	Ane	Zakariassen	Bakspiller
Selfors Ungdomslag	Ingrid Aurora	Nilsen	Bakspiller høyre
Rørvik	Tuva Valan	Severeide	Bakspiller høyre
Selfors Ungdomslag	Maren Knutsdatter	Risvik	Kantspiller
Selfors Ungdomslag	Tonje Søreng	Juvik	Kantspiller
Brønnøysund	Maiken	Sjøflot	Kantspiller
Selfors Ungdomslag	Iris Rabliås	Karlsen	Kantspiller
Bossmo & Ytteren	Mia	Jenssen	Kantspiller
Bossmo & Ytteren	Vilja	Sandvik-Mikalsen	Kantspiller
Rørvik	Andrine Skorstad	Pettersen	Kantspiller
Rørvik	Emma Aune	Hellesø	Kantspiller høyre
Brønnøysund	Maren	Velde	Linjespiller
Mosjøen HK	Johanne H.	Strøm	Linjespiller
Mosjøen HK	Pia Stimo	Dahl	Linjespiller
Rørvik	Emilie Rørdal	Andersen	Linjespiller
Bossmo & Ytteren	Helene	Lønberg	Målvakt
Brønnøysund	Amina Guleed	Hussein	Målvakt
Mosjøen HK	Nora Lund	Sandmo	Målvakt
Bossmo & Ytteren	Live Nilssen	Brynlund	Målvakt
Rørvik	Emelie	Olsvik	Målvakt

**Innrapportering spillere:**

Vi er åpne for å vurdere spillere som utvikler seg i løpet av sesongen. Klubbtrener skal da sende en epost til på 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 «SPU15 eller SPU16, innmelding spiller».