



## Innkalling til SPU-samling G15/16 i Helgeland

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

Økt	Dato/klokkeslett	Sted	Tema
1 av 6	19.november 2022 11:00-12:30	Kippermoen idrettshall	Kast og mottak, og skuddteknikk
2 av 6	19. november 2022 1500-1630	Kippermoen idrettshall	Individuell forsvarsteknikk

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:**

Brønnøysund IL	Sander	Nygård	Bakspiller
Sandnessjøen il	Johan	Larsen	Bakspiller
Sandnessjøen il	Iben Leander	Sørnes	Bakspiller
Sømna IL	Andreas	Olsen	Bakspiller
Sandnessjøen il	Brage	Jonsen	Bakspiller
Sandnessjøen il	Emil	Husmo	Bakspiller
Sømna IL	Andreas Lindvall	Dahle	Bakspiller
Sømna IL	Amund	Reinfjord	Bakspiller
Sandnessjøen il	Henry	Johansen	Bakspiller
Sandnessjøen il	Jonas	Øhlen	Bakspiller
Sandnessjøen il	Tobias	Fresvik	Bakspiller
Brønnøysund IL	Tinus	Fagerland	Bakspiller
Sømna IL	Adrian	Olsen	Kantspiller høyre
Sandnessjøen il	Vetle	Mathisen	Kantspiller venstre
Brønnøysund IL	Conrad Leander	Fagerland	Kantspiller venstre
Sandnessjøen il	Vegar	Theimann	Kantspiller Venstre
Brønnøysund IL	Signar	Bjørkan	Kantspiller/bakspiller
Sandnessjøen il	Noah	Jahr	Linjespiller
Brønnøysund IL	Bon	Jamsil	Linjespiller/bakspiller
Sandnessjøen il	Bendik	Gaupen	Målvakt
Sømna IL	Joakim	Bjarghov	Målvakt
Brønnøysund	Bo	Høgeli	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».