



Innkalling til SPU-samling J14 på Nordmøre & Romsdal

Les gjerne om SPU-samlinger generelt på handball.no under spillerutvikling.

Ta med:

- Du skal stille i klubbdrakt med tall, teip navnet ditt på brystet
- Ball og drikkeflaske
- Annet nødvendig treningsutstyr

Skadet eller syk?

Eventuelle meldinger om skade/sykdom eller forfall varsles Jan Sindre per telefon 90186821. Skriv fullt navn, klubb, hvilken samling det gjelder og kort begrunnelse for forfallet.

Spørsmål utenfor den aktuelle økta rettes til Victoria Koen (victoria.koen@handball.no).

Økt/Gruppe	Dato/klokkeslett	Sted	Tema
Økt 1 av 6	13.desember 2023 18:00-19:30	Rekneshallen	Kast/mottak og skuddteknikk

Oppmøte 20min før samling i gangen, ferdig skiftet og klar til aktivitet.

Følgende spillere møter på oppsatt samling:

Midsund	Aida	Stormyr	Bakspiller
Isfjorden	Aimée	Rosbach	Bakspiller
Molde HK	Anna Beiermann	Viken	Bakspiller
Molde HK	Anna Vang	Skjegstad	Bakspiller
SK Rival	Anne Malene	Bårdset	Bakspiller
Vestnes Varfjell IL	Leah	Lervik	Bakspiller
Kristiansund HK	Maya	Almvik	Bakspiller
SK Rival	Nicoline Alvheim	Klinge	Bakspiller
Træff	Vilma Hungnes	Korperud	Bakspiller
Molde HK	Maryam	Abduselam	Kantspiller høyre
Isfjorden	Rakel	Heen	Kantspiller høyre
Åndalsnes	Amalie Byrkjeland	Brude	Kantspiller venstre
Kristiansund HK	Elea	Berg	Kantspiller venstre
Molde HK	Mia Lyshagen	Ulvund	Kantspiller venstre
Midsund	Tuva	Gangstad	Kantspiller venstre
Midsund	Anna	Nygård	Linjespiller
Træff	Solvår	Brokstad	Linjespiller
Åndalsnes	Ylva	Baldersheim	Linjespiller
Træff	Amanda	Borga	Målvakt
Vestnes Varfjell IL	Lone	Orvik	Målvakt
Molde HK	Malin	Hole	Målvakt
Kristiansund HK	Mariell Fevåg	Greve	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.

Vi ruller på spillere!