



Innkalling til SPU-samling J15 på Nordmøre og Romsdal

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

Økt	Dato/klokkeslett	Sted	Tema
1 av 6	21. september 2023 18:00-19:30	Molde Arena, bane 1	Pasninger, skudd og valg Fokus målvakt, tema 1 og 2

Oppmøte 15min før samling og ferdig skiftet og klar til aktivitet.

Ta med:

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

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 per mail: victoria.koen@handball.no.

Følgende spillere møter på oppsatt samling:

Elnesvågen	Anna	Godøy	Bakspiller
SK Rival	Ava Nistad	Rudi	Bakspiller
Elnesvågen	Bea Olsen	Øverli	Bakspiller
SK Rival	Karine Roald	Evensen	Bakspiller
Kristiansund	Lerke Torkildsdatter Hjelen	Sagli	Bakspiller
SK Rival	Maria Sætre	Heimen	Bakspiller
SK Rival	Sofie Flemmen	Almås	Bakspiller
SK Træff	Roseline	Oluwashegun	Bakspiller
Kristiansund	Sara	Flø	Bakspiller
Molde HK	Sara	Sæther	Bakspiller
Åndalsnes	Solveig	Åndal	Bakspiller
Molde HK	Vilde	Ellingseter	Bakspiller
Molde HK	Yazmin	Ceesay	Bakspiller
Kristiansund	Nora Kristine Frantsvåg	Berntzen	Kantspiller høyre
Elnesvågen	Sofie Løset	Rimul	Kantspiller venstre
SK Rival	Erika Haugen	Haukaas	Kantspiller venstre
SK Træff	Linnea	Ellingsen	Kantspiller venstre
Åndalsnes	Malene Grøvdal	Kotsbakk	Linjespiller
Kristiansund	Solveig	Eeg	Linjespiller
Elnesvågen	Tomine	Kjørsvik	Linjespiller
Elnesvågen	Kine Flønes	Gjendem	Målvakt
Molde HK	Astrid	Antonsen	Målvakt
SK Træff	Pela	Younes	Målvakt
Kristiansund	Tiril Gautvik	Berg	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.