



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 |
|--------|---------------------------------|--------------|---|
| 2 av 6 | 23. oktober 2023 17:30-19:00 | Braatthallen | Individuell forsvarsteknikk, nedgruppert Målvaktsfokus, tema 3 her |

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 |
| Åndalsnes | Anna Isabelly Da Silva | Sæther | Bakspiller |
| SK Træff | Emma | Sundfør | Bakspiller |
| Molde HK | Hannah | Bjørbekk | Bakspiller |
| Kristiansund | Julie | Astad | Bakspiller |
| SK Rival | Kaya Lucia | Annaloro | Bakspiller |
| Midsund | Luna | Godø | Bakspiller |
| Midsund | Madelen | Rørset | Bakspiller |
| Vestnes varfjell | Nathalie | Vikås | Bakspiller |
| SK Rival | Olea | Nustad | Bakspiller |
| Midsund | Ada | Godø | Kantspiller venstre |
| Kristiansund | Celine Aae | Haga | Kantspiller venstre |
| SK Rival | Erika Haugen | Haukaas | Kantspiller venstre |
| Vestnes varfjell | Ninett Overaa | Hole | Kantspiller venstre |
| Vestnes varfjell | Hedda Marie | Løvik | Linjespiller |
| Midsund | Katharina Lydersen | Tangen | Linjespiller |
| Isfjorden | Malene Grøvdal | Kotsbakk | Linjespiller |
| SK Rival | Sofie Flemmen | Almås | Linjespiller |
| Åndalsnes | Cathinka Skjelbostad | Staurset | Målvakt |
| Vestnes varfjell | Jorunn Bråten | Sanden | Målvakt |
| SK Rival | Martine | Haugstad | Målvakt |
| SK Træff | Oda | Oterhals | 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.