



Innkalling til SPU-samling J16 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 19:30-21:00	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, og 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:

Molde HK	Leah Sofie	Storvik	Bakspiller
Kristiansund HK	Nele	Strobel	Bakspiller
Molde HK	Sara Størksen	Strandhagen	Bakspiller
Elnesvågen	Tiril	Kringstad	Bakspiller
Kristiansund HK	Marie Hopmark	Aasprong	Bakspiller
Midsund IL	Maria	Sanden	Bakspiller
Molde HK	Guro	Bringslid	Bakspiller
Åndalsnes	Siren	Herje	Bakspiller
Midsund IL	Oda Celine	Rosvik	Bakspiller/linjespiller
Elnesvågen	Mari Flønes	Gjendum	Kantspiller
Åndalsnes	Leah	Oshaug	Kantspiller høyre
Kristiansund HK	Anneline	Olset	Kantspiller venstre
Molde HK	Signe Margrethe Bolsø	Risan	Kantspiller venstre
Molde HK	Leni	Hafstad	Kantspiller venstre
Molde HK	Emma Johanne	Rusten	Kantspiller venstre
Kristiansund HK	Gabija	Vabolyte	Linjespiller
Molde HK	Liv	Drechsler	Linjespiller
Molde HK	Mari Kortner	Lystad	Linjespiller
Elnesvågen	Jenny Elise	Lyngstad	Målvakt
Kristiansund HK	Pauline Kravik	Engvig	Målvakt
Molde HK	June	Hafstad	Målvakt
Molde HK	Alise	Aarøe	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.