



## Innkalling til SPU-samling J14 på Sunnmøre

Les gjerne om SPU-samlinger generelt på [handball.no](http://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 Marina Bazzo per sms 486 74 866. 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](mailto:victoria.koen@handball.no)).

Økt/Gruppe	Dato/klokkeslett	Sted	Tema
Økt 2 av 6 Gruppe 1	18. desember 2023 18:30-20:00	Ulstein Arena	<a href="#">Individuell forsvarsteknikk</a> <a href="#">Målvakt: tema 3 her</a>

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

### Følgende spillere møter på oppsatt samling økt 1:

Sif/Hessa IL	Anna Tiana	Remmen	Bakspiller
Skodje IL	Emma Filippa	Nygård	Bakspiller
Spjelkavik IL	Emma Iversen	Hals	Bakspiller
Godøy	Hedda Ellingsæter	Giske	Bakspiller
Blindheim IL	Live Grøtta	Sandnes	Bakspiller
Rollon SPK	Lykke Rasch	Larsen	Bakspiller
Sula Sportsklubb	Pia Berg	Hellebust	Bakspiller
Godøy	SARA	Homb	Bakspiller
Aksla	Thea	Hellebust	Bakspiller
Rollon SPK	Jenny Madsen	Aarseth	Kantspiller høyre
Skodje il	Jenny	Valde	Kantspiller venstre
Rollon SPK	Kaja Holsvik	Øksenvåg	Kantspiller venstre
Stranda IL	Michelle Hareide	Grønningsæter	Kantspiller venstre
Ørsta	Natalie	Bornstein	Kantspiller venstre
Blindheim IL	Mia Soleng	Stephansen	Linjespiller
Aksla	Rikke	Hellebust	Linjespiller
Skodje il	Tuva	Farstad	Linjespiller
Rollon SPK	Ella Nordvik	Dahl	Målvakt
Godøy	Mara	Silbernagel	Målvakt
Ørsta	Nicoline Berknes	Enerhaug	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 rullerer på spillere!



Økt/Gruppe	Dato/klokkeslett	Sted	Tema
Økt 2 av 6 Gruppe 2	18. desember 2023 20:00-21:30	Ulstein Arena	<a href="#">Individuell forsvarsteknikk</a> <a href="#">Målvakt: tema 3 her</a>

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

**Følgende spillere møter på oppsatt samling økt 2:**

Sykkylven IL	Astrid	Aure	Bakspiller
Ørsta	Elen Flem	Øye	Bakspiller
Rollon SPK	Frøya Kjølås	Lillebø	Bakspiller
Rollon SPK	Johanne Tafjord	Jansen	Bakspiller
IL Valder	Live Giskeødegård	Tornes	Bakspiller
Stranda IL	May Linn Kvame	Slaaen	Bakspiller
Sula Spk	Pia Berg	Hellebust	Bakspiller
Volda Handballklubb	Selma Bjørnsdottir	Osdal	Bakspiller
Ørsta	Signe Rebbestad	Vartdal	Bakspiller
Ørsta	Emma Linnea Kristiansen	Hovdenakk	Kantspiller høyre
Ørsta	Anny	Ottestad	Kantspiller venstre
Volda Handballklubb	Edle	Sæther	Kantspiller venstre
Sif/Hessa IL	Rebecca	Robertsen	Kantspiller venstre
Stranda IL	Sigrid Lovise	Gjerde	Kantspiller venstre
IL Valder	Ada Sofi Dyb	Gil	Linjespiller
Rollon SPK	Lotte	Nilsen	Linjespiller
Ørsta	Olivia	Rongstad	Linjespiller
Spjelkavik IL	Amathea Humblen	Støhle	Målvakt
Sykkylven IL	Anette	Auflem	Målvakt
Haram	Tone Kristin	Sellereite	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 rullerer på spillere!*