



Innkalling til SPU-samling J16 på Sunnmøre

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

Økt	Dato/klokkeslett	Sted	Tema
1 av 6	26.oktober 2023 19:00-20:30	Rørstadmarkahallen	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, 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 Vedrana Terzic per telefon 936 90 488. 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:

Spjelkavik	Ea	Støre	Bakspiller
Valder	Elida	Walderhaug	Bakspiller
Volda	Lina	Kragset	Bakspiller
Ørsta	Marie	Vartdal	Bakspiller
Ørsta	Martine Øie	Svedjan	Bakspiller
Skodje	Natalia	Andrukiewicz	Bakspiller
SIF/Hessa	Silja Lied	Landsverk	Bakspiller
SIF/Hessa	Nisabell	Hae	Bakspiller høyre
Spjelkavik	Amalie	Lereng Reiten	Bakspiller venstre
Skodje	Therese	Colbensen	Bakspiller/Linjespiller
Ørsta	Amanda Flo	Bratteberg	Kantspiller
Aksla	Maria	Storhaug	Kantspiller
Ørsta	Victoria Flo	Bratteberg	Kantspiller
Aksla	Norah Skåravik	Sørnes	Kantspiller venstre
Valder	Aina	Arsnukajeva	Linjespiller
SIF/Hessa	Kamilla Molvær	Vassbotn	Linjespiller
Sykkylven	Linnea	Søvik	Linjespiller/kant
Sykkylven	Kotryna	Elzbutaite	Målvakt
Langevåg	Lida	Digernes	Målvakt
MSIL	Maria	Fiskerstrand	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.