



Innkalling til SPU-samling J14 i Trondheim

Les gjerne om SPU-samlinger generelt på handball.no under spillerutvikling. Vi har 3 grupper på en kveld, se side 2 og 3 for uttak og mer informasjon!

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 Roar Aksdal per sms 93419311. 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).

| Økt/Gruppe | Dato/klokkeslett | Sted | Tema |
|------------------------|---------------------------------|--------------------------|---|
| Økt 3 av 6 Gruppe 1 | 22.november 2023 17:00-18:30 | Trondheim Spektrum D2 | Linjespill Målvakt, tema 6 |

Oppmøte 30min før samling i gangen, ferdig skiftet og klar til aktivitet.

Følgende spillere møter på oppsatt samling økt 1:

| | | | |
|-------------------|--------------------|----------------|---------------------|
| Charlottenlund SK | Anneli | Furu | Bakspiller |
| Tiller | Eline | Tømmerdal | Bakspiller |
| Hommelvik IL | Frida Buaas | Lillestøl | Bakspiller |
| Charlottenlund SK | Hanne Borge | Johannesen | Bakspiller |
| Hommelvik IL | Ida | Mork | Bakspiller |
| Freidig | India Andorsen | Klein | Bakspiller |
| Hommelvik IL | Leah Celin Rolstad | Paulsen | Bakspiller |
| Trygg/Lade | Lydia | Isaakidou | Bakspiller |
| Tiller | Maia Sommer | Larsen | Bakspiller |
| Charlottenlund SK | Maja | Schriever | Bakspiller |
| Sverresborg | Margit Bakke | Langøien | Bakspiller |
| Byåsen IL | Maya Hermine | Gerhardsen | Bakspiller |
| Rapp | Nora | Morken | Bakspiller |
| Freidig | Sanna | Østbyhaug | Bakspiller |
| Sverresborg | Solveig Hansen | Grønning | Bakspiller |
| Byåsen IL | Victoria | Selvik | Bakspiller |
| Hommelvik IL | Catherine | Chagula | Kantspiller venstre |
| Byåsen IL | Ida | Mohall-Feragen | Kantspiller venstre |
| Rapp | Ina Sofie | Solberg | Kantspiller venstre |
| Byåsen IL | Mika | Midling | Kantspiller venstre |
| Hommelvik IL | Othelie Kværnan | Lauvhaug | Kantspiller venstre |
| Charlottenlund SK | Silje | Lernæs | Kantspiller venstre |
| Byåsen IL | Susanne Ingdal | Haugen | Kantspiller venstre |
| Byåsen IL | Eira Dåvøy | Willumsen | Linjespiller |
| Sverresborg | Eivor Steen | Ellingsen | Linjespiller |
| Tiller | Julie Hegre | Gartland | Linjespiller |
| Freidig | Linnea | Lervåg | Linjespiller |
| Charlottenlund SK | Ane Singstad | Benjaminsen | Målvakt |
| Byåsen IL | Elisabeth | Svenning | Målvakt |
| Hommelvik IL | Erika Sandnes | Bjørn | Målvakt |
| Hommelvik IL | Ida Vikan | Blix | Målvakt |



| Økt/Gruppe | Dato/klokkeslett | Sted | Tema |
|------------------------|---------------------------------|--------------------------|---|
| Økt 3 av 6 Gruppe 2 | 22.november 2023 18:30-20:00 | Trondheim Spektrum D2 | Linjespill Målvakt, tema 6 |

Oppmøte 30min før samling i gangen, ferdig skiftet og klar til aktivitet.

Følgende spillere møter på oppsatt samling økt 2:

| | | | |
|-------------|-------------------|--------------|---------------------|
| Utleira | Aurora Fiskvik | Dahl | Bakspiller |
| Bjugn HK | Elise | Sundseth | Bakspiller |
| Skaun HK | Elise | Groven | Bakspiller |
| Skaun HK | Erle | Stellander | Bakspiller |
| Utleira | Gift | Omoruyi | Bakspiller |
| Melhus IL | Karoline Fjorden | Nielsen | Bakspiller |
| Åfjord IL | Kristine | Moan | Bakspiller |
| Alvdal IL | Linea Østmoløkken | Samuelshaug | Bakspiller |
| Selbu IL | Maja | Dragsten | Bakspiller |
| Aure IL | Maja Toft | Ramsvik | Bakspiller |
| Melhus IL | Martine Tirslaug | Sve | Bakspiller |
| Strindheim | Nora | Angen | Bakspiller |
| Aure IL | Selma | Hagen | Bakspiller |
| Strindheim | Sigrid | Skallerud | Bakspiller |
| Tynset IL | Smilla Lovisa | Mitrovic | Bakspiller |
| Utleira | Thea Landrø | Babic | Bakspiller |
| Flå/Lundamo | Jenny Marie | Busklein | Kantspiller venstre |
| Aure IL | Mie Alida Melgård | Storli | Kantspiller venstre |
| Strindheim | Sigrid Bjørnsøs | Sneve | Kantspiller venstre |
| Trønder Lyn | Tina | Garberg | Kantspiller venstre |
| Surnadal HK | Vilde | Lie-Fjeldvær | Kantspiller venstre |
| Utleira | Elise | Løvdal | Linjespiller |
| Melhus IL | Maja | Grøseth | Linjespiller |
| Melhus IL | Tiril | Æsterlie | Linjespiller |
| Bjugn HK | Vendelin Skilleås | Nilsen | Linjespiller |
| Aure IL | Charlotte Sørheim | Johansen | Målvakt |
| Støren sk | Mali kjeldstad | Hage | Målvakt |
| Skaun HK | Oda Elise | Nørjordet | Målvakt |
| Flå/Lundamo | Ragnhild | Segtnan | Målvakt |



| Økt/Gruppe | Dato/klokkeslett | Sted | Tema |
|------------------------|---------------------------------|--------------------------|---|
| Økt 3 av 6 Gruppe 3 | 22.november 2023 20:00-21:30 | Trondheim Spektrum D2 | Linjespill Målvakt, tema 6 |

Oppmøte 30min før samling i gangen, ferdig skiftet og klar til aktivitet.

Følgende spillere møter på oppsatt samling økt 3:

| | | | |
|-------------|-------------------|--------------------|---------------------|
| Stjørdal HK | Aurora | Berg-Vuttudal | Bakspiller |
| Klæbu | Amalie Ekle | Burøy | Bakspiller |
| Leik | Oda | Dammen | Bakspiller |
| IL Fram | Julie | Dullum | Bakspiller |
| Leik | Aurora | Eid Gaustad | Bakspiller |
| Leik | Guro | Eid Kjerstad | Bakspiller |
| Klæbu | Aila Elina | Falck | Bakspiller |
| Stjørdal HK | Milla Johnsen | Gajdasevic | Bakspiller |
| Kolstad | Mira | Møkkelgård | Bakspiller |
| Kolstad | Mia | Reinhardt | Bakspiller |
| IL Fram | Synne | Skjervold | Bakspiller |
| Heimdal HK | Tiril Geving | Skorstad | Bakspiller |
| Stjørdal HK | Sarah Johanne | Stav | Bakspiller |
| Orkanger IF | Rebekka Lauritzen | Strand | Bakspiller |
| Hegra IL | Ellen | Vigdenes | Bakspiller |
| Nidelv | Mia Slyngstad | Wlppen | Bakspiller |
| Klæbu | Nora Elise | Hallan | Kantspiller venstre |
| Malvik IL | Åshild Rustad | Røflo | Kantspiller venstre |
| Malvik IL | Amelie Amdahl | Seim | Kantspiller venstre |
| Kolstad | Nathalie | Søreng | Kantspiller venstre |
| Hegra IL | Iris | Thingstad | Kantspiller venstre |
| IL Fram | Tomine | Valstad | Kantspiller venstre |
| Malvik IL | Lisa Aftret | Ready | Linjespiller |
| Klæbu | Ronja Emilie | Reppe | Linjespiller |
| Nidelv | Una Gjærøy | Sommervoll | Linjespiller |
| Heimdal HK | Ida Sofie | Withbro | Linjespiller |
| Stjørdal HK | Nora | Høybakken | Målvakt |
| Hegra IL | Ingeborg | Ryjord | Målvakt |
| Nidelv | Maja | Schanke-Stenstvedt | Målvakt |
| Hegra IL | Astrid Margrethe | Setran | Målvakt |