



Innkalling til SPU-samling J14 i Trondheim

Les gjerne om SPU-samlinger generelt på handball.no under spillerutvikling. Vi har 2 grupper på en kveld, se side også 2 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 Victoria Koen per sms 906 26 705. Skriv fullt navn, klubb, hvilken samling det gjelder og kort begrunnelse for forfallet.

Spørsmål utenfor den aktuelle økta rettes også til Victoria Koen (victoria.koen@handball.no).

Økt/Gruppe	Dato/klokkeslett	Sted	Tema
Økt 5 av 6 Gruppe 1	7. februar 2024 17:00-18:45	Trondheim Spektrum D2	Individuell forsvasteknikk Målvakt, tema 5

Oppmøte 15min før samling i gangen, ferdig skiftet og klar til aktivitet.

Følgende spillere møter på oppsatt samling økt 1:

Nidelv	Andrea Flenstad	Antonsen	Bakspiller
Melhus IL	Solveig	Duesten	Bakspiller
Charlottenlund SK	Anneli	Furu	Bakspiller
Byåsen IL	Silja	Holmvik	Bakspiller
Charlottenlund SK	Hanne Borge	Johannesen	Bakspiller
Tiller	Maia Sommer	Larsen	Bakspiller
Hommelvik IL	Frida Buaas	Lillestøl	Bakspiller
Hommelvik IL	Ida	Mork	Bakspiller
Charlottenlund SK	Lisa Øritsland	Orskaug	Bakspiller
Hommelvik IL	Leah Celin Rolstad	Paulsen	Bakspiller
Strindheim	Sofie Haukeland	Rabben	Bakspiller
Charlottenlund SK	Maja	Schriever	Bakspiller
Byåsen IL	Victoria	Selvik	Bakspiller
Heimdal HK	Tiril Geving	Skorstad	Bakspiller
Melhus IL	Martine Tirslaug	Sve	Bakspiller
Tiller	Eline	Tømmerdal	Bakspiller
Ranheim IL	Martine Aufles	Dyrhaug	Kantspiller venstre
Hommelvik IL	Othelie Kværnan	Lauvhaug	Kantspiller venstre
Charlottenlund SK	Silje	Lernæs	Kantspiller venstre
Byåsen IL	Mika	Midling	Kantspiller venstre
Byåsen IL	Ida	Mohall-Feragen	Kantspiller venstre
Tiller	Julie Hegre	Gartland	Linjespiller
Melhus IL	Maja	Grøseth	Linjespiller
Ranheim IL	Emma Viola	Jørgensen	Linjespiller
Heimdal HK	Martine Uhrenholdt	Svarlien	Linjespiller
Charlottenlund SK	Ane Singstad	Benjaminsen	Målvakt
Hommelvik IL	Erika Sandnes	Bjørn	Målvakt
Ranheim IL	Nora Halle	Faugstadmo	Målvakt
Byåsen IL	Elisabeth	Svenning	Målvakt



Økt/Gruppe	Dato/klokkeslett	Sted	Tema
Økt 5 av 6 Gruppe 2	7. februar 2024 19:00-20:45	Trondheim Spektrum D2	Individuell forsvasteknikk Målvakt, tema 5

Oppmøte 15min før samling i gangen, ferdig skiftet og klar til aktivitet.

Følgende spillere møter på oppsatt samling økt 2:

Utleira	Thea Landrø	Babic	Bakspiller
Stjørdal HK	Aurora	Berg-Vuttudal	Bakspiller
Klæbu	Amalie Ekle	Burøy	Bakspiller
Selbu IL	Maja	Dragsten	Bakspiller
Klæbu	Aila Elina	Falck	Bakspiller
Utleira	Leah Bang	Gilde	Bakspiller
Sverresborg	Solveig Hansen	Grønning	Bakspiller
Aure IL	Selma	Hagen	Bakspiller
IL Fram	Louise Lidal	Jamne	Bakspiller
Freidig	India Andorsen	Klein	Bakspiller
Sverresborg	Margit Bakke	Langøien	Bakspiller
Tynset IL	Smilla Lovisa	Mitrovic	Bakspiller
Hitra il	Lilly	Moen	Bakspiller
Rapp	Nora	Morken	Bakspiller
Kolstad	Mira	Møkkelgård	Bakspiller
Rennebu IL	Benedicte	Nitter	Bakspiller
Orkanger IF	Rebekka Lauritzen	Strand	Bakspiller
Freidig	Sanna	Østbyhaug	Bakspiller
Malvik IL	Åshild Rustad	Røflo	Kantspiller venstre
Rapp	Ina Sofie	Solberg	Kantspiller venstre
Aure IL	Lotte Ohren	Helland	Linjespiller
Bjugn HK	Vendelin Skilleås	Nilsen	Linjespiller
Rindal IL	Mayla Nilssen	Nordlund	Linjespiller
Klæbu	Ronja Emilie	Reppe	Linjespiller
Stjørdal HK	Nora	Høybakken	Målvakt
Hitra il	Ida Sletta	Krangnes	Målvakt
Flå/Lundamo	Ragnhild	Segtnan	Målvakt
Hegra IL	Astrid Margrethe	Setran	Målvakt