



Innkalling til SPU-samling J15 i Trondheim

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

Ta med:

- Du skal stille i klubbdrakt med tall, teip navnet ditt på brystet
- Ball og drikkeflaske
- Klister og klisterfjerner
- Annet nødvendig treningsutstyr

Skadet eller syk?

Eventuelle meldinger om skade/sykdom eller forfall varsles Victoria Koen per sms 90626705. 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 2 av 6 Gruppe 1	20. november 2023 17:30-19:00	Trondheim Spektrum D2	Individuell forsvarsteknikk, nedgruppert Målvaktsfokus, tema 3 her

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

Følgende spillere møter på oppsatt samling økt 1:

Sjetne IL	Emilie Bystrøm	Larsen	Bakspiller
Sjetne IL	Emma Arntzen	Øyås	Bakspiller
Utleira IL	Felicia Nygaard	Stiauren	Bakspiller
Tiller	Helle	Østby	Bakspiller
Klæbu IL	Julie Skaufel	Gunnes	Bakspiller
Byåsen	Linea Isabel Brevik	Eriksson	Bakspiller
Strindheim	Maiken Messel	Eidem	Bakspiller
Tiller	Mali	Enoksen-Viken	Bakspiller
Melhus IL	Malin	Rikstad Stokke	Bakspiller
Strindheim	Sara Deswhar	Taher	Bakspiller
Sjetne IL	Sarah Benedikte Arntsen	Skjærvold	Bakspiller
Tiller	Sol	Leimbrock	Bakspiller
Ranheim IL	Tiril	Brede	Bakspiller
Kolstad	Xheneta	Jashari	Bakspiller
Kolstad	Casandra Hahn	Prestvik	Kantspiller høyre
Strindheim	Inger	Stokke	Kantspiller høyre
Klæbu IL	Celine Winje	Vik	Kantspiller venstre
Strindheim	Elida Møller	Andersen	Kantspiller venstre
Tiller	Erle Sofie	Enlid	Kantspiller venstre
Ranheim IL	Helene	Cappelen	Kantspiller venstre
Melhus IL	Isabelle Nilsen	Sundgot	Kantspiller venstre
Melhus IL	Mia Charlotte	Hammer Gagnås	Kantspiller venstre
Byåsen	Nora	Halle-Knutzen	Kantspiller venstre
Sjetne IL	Alva Malu	Neset	Linjespiller
Klæbu IL	Andrea Lyngra	Hay	Linjespiller
Ranheim IL	Ane	Fossbakk	Linjespiller
Tiller	Mie	Ohlen	Linjespiller
Melhus IL	Ane	Kirkaune Bekkevold	Målvakt
Sjetne IL	Anne Losen	Halseth	Målvakt
Tiller	Ulva	Dahl	Målvakt
Kolstad	Zeynep Kubra	Kizilirmak	Målvakt



Økt/Gruppe	Dato/klokkeslett	Sted	Tema
Økt 2 av 6 Gruppe 2	20. november 2023 19:00-20:30	Trondheim Spektrum D2	Individuell forsvarsteknikk, nedgruppert Målvaktsfokus, tema 3 her

Oppmøte 20min før samling i gangen, ferdig skiftet og klar til aktivitet. Start oppvarming selv!

Følgende spillere møter på oppsatt samling økt 2:

Rindal IL	Elise	Bolme	Bakspiller
Flå/Lundamo	Ellen Nyhus	Røsbjørgen	Bakspiller
Stjørdal	Fride	Linaker	Bakspiller
Vikhammer	Ingrid Helene	Løvik	Bakspiller
Rindal IL	Jenny	Grøtan	Bakspiller
Åfjord IL	Jenny	Berdal	Bakspiller
Alvdal IL	Maja Kaste	Tharaldsteen	Bakspiller
Alvdal IL	Malin	Ligård	Bakspiller
Rennebu UIL	Mari	Krogstad	Bakspiller
Orkanger IF	Marthe	Sletvold	Bakspiller
Stjørdal	Mia Nicoline Steig	Hamre	Bakspiller
Alvdal IL	Mina Dalen	Dølplass	Bakspiller
Orkanger IF	Oda Rindalsholt	Ross	Bakspiller
Orkanger IF	Tuva	Kristiansen	Bakspiller
Åfjord IL	Amalie Storsve	Lien	Bakspiller/kantspiller
Ørland	Liana	Andersen	Kantspiller høyre
Flå/Lundamo	Marica Sundnes	Grønli	Kantspiller høyre
Aure	Elisa	Ledal	Kantspiller venstre
Rindal IL	June	Ranes	Kantspiller venstre
Åfjord IL	Lisbeth	Dolmseth	Kantspiller venstre
Vikhammer	Thea	Moen	Kantspiller venstre
Stjørdal	Emma Snustad	Gresseth	Linjespiller
Støren	Nora	Rønningsgrind	Linjespiller
Stjørdal HK	Stine Valli	Viken	Linjespiller
Orkanger IF	Tone	Hukkelås	Linjespiller
Alvdal IL	Ingebjørg	Strømsøyen	Målvakt
Leksvik	Ingeborg	Tveiten	Målvakt
Stjørdal	Kristine	Einvik	Målvakt
Orkanger IF	Veronica Fandin	Mogseth	Målvakt

Vi minner om at det vil rulleres på uttakene, og de er dynamiske, ikke statiske. Mange spillere er aktuelle, og det er i klubb utviklingen primært foregår. Vi tar imot innspill på aktuelle spillere, det skal eventuelt komme fra klubbtrener på mail til victoria.koen@handball.no.