



## Innkalling til SPU-samling J16 i Trondheim

Les gjerne om SPU-samlinger generelt på [handball.no](http://handball.no) under spillerutvikling. Vi har 2 grupper denne samlingen, se også side 2 for uttak og info.

### 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](mailto:victoria.koen@handball.no)).

Økt/Gruppe	Dato/klokkeslett	Sted	Tema
Økt 3 av 4 Gruppe 1	12. februar 2024 17:30-19:00	Trondheim Spektrum D2	<a href="#">Individuell forsvarsteknikk</a> <a href="#">Målvakt, tema 3 &amp; 5 her</a>

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

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

Kolstad	Maja Strand	Aune	Bakspiller
Klæbu IL	Andrea	Bævre-Brøttemsmo	Bakspiller
Charlottenlund	Elise	Fagerheim	Bakspiller
Charlottenlund	Mathea	Glasø	Bakspiller
Sverresborg	Maia Kaski	Heldal	Bakspiller
Klæbu IL	Julianne	Kirknes Gaare	Bakspiller
Ranheim IL	Mia	Opheim	Bakspiller
Ranheim IL	Linnea	Remen Smolan	Bakspiller
Charlottenlund	Miriam	Skisland	Bakspiller
Sjetne IL	Luna Serine	Skjetneli	Bakspiller
Sjetne IL	Mathea	Solheim Skogstad	Bakspiller
Klæbu IL	Oda	Svendsen	Bakspiller
Sverresborg	Inga Mattson	Vevelstad	Bakspiller
Charlottenlund	Marte	Moholt	Bakspiller
Byåsen	Christine Welde	Bøhn	Kantspiller høyre
Charlottenlund	Ina Johanne	Klausen	Kantspiller høyre
Klæbu IL	Ida	Ramlo	Kantspiller venstre
Kolstad	Mari	Stensheim	Kantspiller venstre
Vikhammer	Marte Bolme	Stokke	Kantspiller venstre
Ranheim IL	Maja	Sørensen	Kantspiller venstre
Kolstad	Frida	Løfaldi	Linjespiller
Ranheim IL	Leah Charlotte	Nilsen Halseth	Linjespiller
Klæbu IL	Linnea Vuttudal	Rømme	Linjespiller
Strindheim IL	Ida	Sætre	Linjespiller
Klæbu IL	Vilde	Andresen	Målvakt
Charlottenlund	Stella	Grunnan	Målvakt
Sjetne IL	Annika	Gundersen	Målvakt
Vikhammer	Vilma Sivertsen	Hell	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](mailto:victoria.koen@handball.no).



Økt/Gruppe	Dato/klokkeslett	Sted	Tema
Økt 3 av 4 Gruppe 2	12. februar 2024 19:00-20:30	Trondheim Spektrum D2	<a href="#">Individuell forsvarsteknikk</a> <a href="#">Målvakt, tema 3 &amp; 5 her</a>

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

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

Leksvik IL	Sandra	Berget	Bakspiller
Byåsen	Mina Emilie	Ekseth	Bakspiller
Leksvik IL	Rikke Emilie Berg	Finsmyr	Bakspiller
Trønder Lyn/Hovin/Sokna	Hedda Victoria	Garberg	Bakspiller
Vikhammer	Runa Mathea B	Grottdal	Bakspiller
Stjørdal HK	Oda Sandfærhus	Husby	Bakspiller
Byåsen	Emma Malen Haugrønning	Kristiansen	Bakspiller
Kolstad	Medine	Mazlum	Bakspiller
Ørland BK	Mathilde	Myrvold	Bakspiller
Leksvik IL	Johanne	Rosvold	Bakspiller
Orkanger IF	Maria	Selnes	Bakspiller
Utleira IL	Lone	Stolpen	Bakspiller
Stjørdal HK	Thea Elise	Svendsen	Bakspiller
Klæbu IL	Sara Sandvik	Høiset	Bakspiller
Rindal IL	Milla	Skjølsvold-Aasen	Kantspiller høyre
Bjugn HK	Frida	Audal	Kantspiller Venstre
Ørland BK	Una Guldteig	Fosse	Kantspiller venstre
Selbu	Ine Therese	Kvello	Kantspiller venstre
Stjørdal HK	Anna	Laugen	Kantspiller venstre
Klæbu IL	Marina Rødsjø	Meland	Kantspiller venstre
Stjørdal HK	Silje Krøke	Steinvik	Kantspiller venstre
Kolstad	Victoria	Kelit	Linjespiller
Leksvik IL	Hanna	Myrabakk	Linjespiller
Rennebu IL	Ane	Skamfer	Linjespiller
Selbu	Andrea	Østby	Linjespiller
Melhus	Mina Hoem	Berggård	Målvakt
Rennebu IL	Marte Eggen	Haugan	Målvakt
Trønder Lyn/Hovin/Sokna	Hanne Marie	Myren	Målvakt
Stjørdal HK	Rakel Lurfald	Størset	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](mailto:victoria.koen@handball.no).