

INNKALLING TIL SAMLING FOR SPILLERUTVIKLING NHF REGION ØST.

Oppstart av spillerutvikling (SPU) 13 år er en felles samling for alle gruppene lørdag 14.september 2019 i Frognerhallen i Sørum. Samtidig som spillerne trener med spillerutviklere, inviteres det til et møte om SPU 13 for klubbtrenerne i denne årsklassen.

Samlingene avholdes i:

Samling 1	14.09.19 kl.11:30-13:30	Frognerhallen, bane 3	Kast og mottak
-----------	-------------------------	-----------------------	--------------------------------

Fremmøte 15. min før samling ferdig skiftet til treningstart.

Følgende klubber er med i puljen J13 Nedre Romerike:

Enebakk, Fet, Høland, Skedsmo, Bjørkelangen, Lillestrøm HK, Rælingen, Frogner

Innkalling av spillere til denne økten:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Ella Olberg	Skaret	Bakspiller, venstre	Bjørkelangen SF
Anna Johanne	Holth	Bakspiller, venstre	Bjørkelangen SF
Thea	Engen	Bakspiller	Enebakk IF
Josefine	Holte Kjeldløkken	Flerposisjonsspiller	Enebakk IF
Mina	Dahl-Olsson	Bakspiller	Enebakk IF
Linnea	Lauritsen	Målvakt	Enebakk IF
Madeleine	Skagestad	Bakspiller	Fet IL
Ingrid	Hagberg	Flerposisjonsspiller, høyre	Fet IL
Marion B.	Dahl	Bakspiller, midt	Fet IL
Linnea	Rønhovd	Målvakt	Fet IL
Mia Morseth	Hansen	Bakspiller	Frogner IL
Anna Karin	Van der Hagen	Flerposisjonsspiller	Frogner IL
Sara	Stensgård	Kantspiller, høyre	Frogner IL
Thea Holtet	Heyerdahl	Bakspiller, høyre	Høland IL
Lena Cecilie Haavi	Knutsen	Bakspiller	Høland IL
Nora Lang	Lillehol	Linjespiller	Høland IL
Maja	Kärnä	Målvakt	Lillestrøm HK
Aurora	Benonisen Torud	Flerposisjonsspiller	Lillestrøm HK
Mille	Jacobsen Berntsen	Flerposisjonsspiller	Lillestrøm HK
Maria	Ask	Bakspiller, venstre	Lillestrøm HK
Mariell	Syvertsen	Bakspiller, venstre	Lillestrøm HK
Anne-Sofie	Mills-Andersen	Flerposisjonsspiller	Rælingen
Aurora	Lian	Bakspiller	Rælingen
Victoria	Guriby	Bakspiller	Rælingen
Alva	Raadim-Tuveng	Målvakt	Rælingen
Ida Hangård	Sefring	Flerposisjonsspiller	Skedsmo HK
Mari Helene	Aas-Larsen	Flerposisjonsspiller	Skedsmo HK
Helene	Økstad Bakke	Flerposisjonsspiller	Skedsmo HK

Husk å ta med egen ball, klubbdrakt og drikkeflaske.

Viktig at du har en tapebit med navnet ditt synlig klistret på drakten din!

Forfall

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb	Forfall meldt
Maja	Zakula	Bakspiller	Frogner IL	10.09.2019

Uttak

SPU 13 år er et tilbud til spillere fra klubber i Region Øst (RØ). Det blir gitt ett antall plasser per lag basert på lisensierte spillere.

Regionen gjør ingen uttak av spillere på SPU 13, men klubbtrener i samråd med sportslig leder i sin klubb gjør en prioritering i sitt lag og bestemmer selv hvilke spillere han/hun mener vil være best egnet for deltakelse til SPU. Dersom man har mange aktuelle kandidater, kan klubbtrener lager en rulleringsliste blant disse. Ved rullering på flere spillere ønsker vi at en og samme spiller skal delta på minimum to SPU samlinger ila en sesong.

Forfall:

Spillere som møter på disse samlingene skal være 100% skadefrie, forfall skal håndteres av klubbtrener omgående eller senest en dag før slik at klubben fyller opp sine plasser.

Eventuelle endringer på innkalling varsles Marlene Johnsen per epost mdesirej@hotmail.com tlf. 97 87 85 20 og kopi til regionskontoret ved nhf.ron@handball.no . Merk eposten forfall SPU 13 og hvilket miljø dette gjelder.

Årsplan for samlinger

Treningene vil foregå på rundgang i de klubbene som er i samme gruppe. Det vil bli satt opp en årsplan med samlinger. Alle klubber må melde inn treningstider innen 12.09.2019.

Viktig at klubbtrener er tilstede i hallen når lagene stiller sin treningstid til disposisjon. Klubber som stiller med treningstid, skal ha med vester og kjepler til treningsøkten.

Les med om SPU 13 år ved å trykke her: [SPU 13 \(06\)](#)

Strømmen 26.08.2019

Endret 11.09.2019

Med vennlig hilsen
NHF Region Øst
Trine Sneeggen Fors
Spill og trening
Tlf. 91372361
Trine.SneeggenFors@handball.no

Trenere Jenter 13 Nedre Romerike
Marlene Johnsen
Tone Tveter