

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.09:30-11:30	Frognerhallen, bane 2	Kast og mottak
-----------	-------------------------	-----------------------	--------------------------------

Fremmøte 15. min før samling ferdig skiftet til treningstart.

Følgende klubber er med i puljen J13 Oslo:

Høybråten/Stover, Kjelsås, Korsvoll, Njård, Sinsen-Refstad, Ullern, Vålerenga, Årvoll

Innkalling av spillere til denne økten:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Sarah	Pettersen Langeland	Bakspiller	Høybråten og Stovner
Thea	Atneosen-Åsegg	Flerposisjonsspiller	Høybråten og Stovner
Karoline	Slørdahl Conradi	Bakspiller	Kjelsås IL
Othilie L	Holte	Bakspiller	Kjelsås IL
Ingrid Aaser	Øen	Bakspiller	Kjelsås IL
Signe	Dahl-Solheim	Bakspiller	Kjelsås IL
Kaja Tomasine	Selboskar	Bakspiller	Korsvoll Håndball
Lisa	Lagset	Linjespiller	Korsvoll Håndball
Stella	Stølen	Bakspiller, midt	Korsvoll Håndball
Ella	Bruce Bustnes	Målvakt	Korsvoll Håndball
Hermine	Svendsen	Kantspiller, venstre	Njård
Sofia	Solli	Flerposisjonsspiller	Njård
Madelen	Thorstensen	Flerposisjonsspiller	Njård
Thea	Frøvig	Flerposisjonsspiller	Njård
Mina	Benestad Dugum	Målvakt	Njård
Sophie	Tjelflåt Andersen	Bakspiller, høyre	Sinsen-Refstad
Emma	Batlak	Bakspiller	Sinsen-Refstad
Hennie	Nygård Hellebust	Målvakt	Ullern Håndball
Ella	Leyland	Flerposisjonsspiller, høyre	Ullern Håndball
Hedvig	Thrane-Steen Røkke	Linjespiller	Ullern Håndball
Lotte Sofie	Blindheim	Bakspiller	Ullern Håndball
Alva	Rasmussen Enebakk	Flerposisjonsspiller	Vålerenga
Akseliane	Bull-Njaa	Kantspiller	Vålerenga
Selma	Jenvin-Steinsvåg	Målvakt	Vålerenga
Emilia Caroline	Willow	Bakspiller	Vålerenga
Jenny Elisabeth	Sagedal Kalager	Flerposisjonsspiller	Årvoll

Husk å ta med egen ball, klubbdrakt og drikkeflaske.

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

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 ıla 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 Mauro Carvajal per epost mauro.carvajal@multinett.no tlf. 91 37 32 38 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 13.09.2019

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

Trenere Jenter 13 Oslo
Mauro Carvajal
Roger Larsgård