

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.13:30-15:30	Frognerhallen, bane 3	Kast og mottak
-----------	-------------------------	-----------------------	--------------------------------

Fremmøte 15. min før samling ferdig skiftet til treningstart.

Følgende klubber er med i puljen J13 Østfold Nord:

Gressvik, HK Rygge/Herulf, Lervik, Råde, Son, Torp, Tune, Tvetter, Østsiden Fredrikstad

Innkalling av spillere til denne økten:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Kristiane	Velgaard Andresen	Flerposisjonsspiller	Gressvik
Ane	Hatteland	Bakspiller	Gressvik
Maiken	Evensen	Flerposisjonsspiller	Gressvik
Stine	Lorentzen	Målvakt	Gressvik
Ida	Johansen	Bakspiller	Lervik
Mia	Bakken	Flerposisjonsspiller	Lervik
Mille	Ulsrud Vanvik	Bakspiller	HK Rygge/Herulf
Mathea	Sandaker	Linjespiller	HK Rygge/Herulf
Mia	B Grimen	Bakspiller, midt	HK Rygge/Herulf
Elevine	Fensbekk-Jensen	Målvakt	HK Rygge/Herulf
Marie	Gammelsæter	Flerposisjonsspiller	Råde IL
Hannha	Schau-Dobinson	Kantspiller, venstre	Råde IL
Sara	Tegneby-Bredesen	Bakspiller	Son HK
Emilie	Foss Gottenborg	Bakspiller	Son HK
Stella	Korsmo	Linjespiller	Son HK
Vilma	Wiggen Hekkelstrand	Målvakt	Son HK
Drenusha	Hasani	Bakspiller	Torp IF
Sanna	Jauert	Flerposisjonsspiller	Torp IF
Altina	Morina	Bakspiller	Torp IF
Sofija	Dimic	Flerposisjonsspiller	Tune IL
Ea	Kure	Kantspiller, venstre	Tvetter HK
Nora	Gunnarstorp	Flerposisjonsspiller	Tvetter HK
Mina	Mathisen	Bakspiller, venstre	Tvetter HK
Hedda Emilie	Helminsen	Kantspiller, venstre	Østsiden Fredrikstad
Leonita	Sejdaj	Linjespiller	Østsiden Fredrikstad
Erma	Sadik	Målvakt	Østsiden Fredrikstad

Husk å ta med egen ball, klubbdrakt og drikkeflaske.

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

Forfall grunnet skade, sykdom eller annet:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb	Forfall meldt
Karen	Lindkjenn	Bakspiller, venstre	HK Rygge/Herulf	14.09.19

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 Morten Børresen per epost mobo@fredrikstad.kommune.no tlf. 40 87 11 91 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 25.10.2019

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

Trenere Jenter 13 Østfold Nord

Morten Børresen
Stine Johannesen

Vikar 14.09.19: Gry Hübenthal