

INNKALLING TIL SAMLING FOR SPILLERUTVIKLING NHF REGION ØST.

Du er en av de som er plukket ut til å være med på samling i gruppen J13 Vest.

Samlingene avholdes i:

Samling nr./ arr.klubb	Dato	Klokken	Hall	Tema
Samling 2 -Holmen	17.10.19	18:30-20:00	Holmenhallen	Skuddteknikker

Fremmøte 15. min før samling ferdig skiftet til treningstart.

Følgende klubber er med i puljen J13 Vest:

Asker, Holmen, Haslum, Jar, Jardar/Nesøya, Stabæk, Vestre Bærum LIL

Innkalling av spillere til denne økten:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Tilde	Lideman	Linjespiller	Asker Håndball
Victoria Marie	Ofstad	Bakspiller	Asker Håndball
Martine	Nordgård	Bakspiller	Asker Håndball
Maren	Lie	Målvakt	Haslum IL
Ingrid Louise	Berens	Flerposisjonsspiller	Haslum IL
Kornelia	Algarheim	Flerposisjonsspiller	Haslum IL
Josephine	Ekvern	Bakspiller	Haslum IL
Hanna	Borge	Bakspiller	Haslum IL
Auroa	Vidhammer	Bakspiller	Holmen IF
Othilie	Egeland	Målvakt	Jar Håndballklubb
Gyri	Ultveit	Flerposisjonsspiller	Jar Håndballklubb
Ida Ackora	Skorpen	Bakspiller	Jar Håndballklubb
Eira	Melby	Bakspiller, midt	Jar Håndballklubb
Julie	Hotvedt	Kantspiller, venstre	Jardar/ Nesøya
Oline	Haaverstad	Bakspiller, midt	Jardar/ Nesøya
Maria	Dybvik	Bakspiller, midt	Jardar/ Nesøya
Cornelia	Gravdahl	Bakspiller	Jardar/ Nesøya
Nathalie	Pignatel	Bakspiller, venstre	Stabæk
Mille Helene	Skonnord Fodstad	Bakspiller, midt	Stabæk
Maja Austlid	Halvorsen	Bakspiller	Stabæk
Synne	Vågårøy	Målvakt	Vestre Bærum LIL
Vilde	Larsen Svartdal	Målvakt	Vestre Bærum LIL
Josefine	Furustad	Bakspiller, venstre	Vestre Bærum LIL
Helena Alise	Bruaas	Bakspiller, venstre	Vestre Bærum LIL

Husk å ta med egen ball, klubbdrakt og drikkeflaske.

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

Arrangørklubb skal:

møte SPU trenerne i hallen samlingsdagen
være tilstede under hele økten
stille med vester og kjepler / flatmarkører
stille med medisnabag

Forfall grunnet sykdom, skade, rullering eller annet:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb	Forfall meldt
Anna S	Melbye	Kantspiller, venstre	Jar Håndballklubb	04.10.19-rullering
Leah	Thorstvedt	Bakspiller, venstre	Jar Håndballklubb	04.10.19-rullering
Guro	Skålevåg	Flerposisjonsspiller	Haslum IL	07.10.19-rullering
Eline R	Elgesem	Flerposisjonsspiller	Haslum IL	07.10.19-rullering
Martine	Hopper-Alværn	Bakspiller	Asker Håndball	08.10.19
Elin	Bore	Bakspiller, midt	Jar Håndballklubb	16.10.19
Kristiane	Mylus	Flerposisjonsspiller	Haslum IL	17.10.19
Helene	Lingjerde Næss	Flerposisjonsspiller	Vestre Bærum LIL	17.10.19
Sunniva	Ulevåg	Bakspiller	Vestre Bærum LIL	17.10.19
Hermine	Berge	Bakspiller	Jardar/ Nesøya	xx

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 Vibeke Grimsrud per epost vg.vips@hotmail.com tlf. 95 14 38 04 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 og denne finner du ved å trykke her: [Årsplan SPU 13](#)

Strømmen 03.10.2019

Endret 19.11.2019

Med vennlig hilsen

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

Trenere Jenter 13 Vest
Kjell Kåre Simensen
Vibeke Grimsrud