

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 4 -Jar	04.12.2019	19:30-21:00	Nadderudhallen	Finter

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
Emila	Stub	Bakspiller	Asker Håndball
Nora	Drevsjø	Kantspiller, venstre	Asker Håndball
Stine	Auglad Grasmo	Målvakt	Asker Håndball
Victoria Marie	Ofstad	Bakspiller	Asker Håndball
Alva	Bjanes Iversen	Målvakt	Haslum IL
Guro	Skålevåg	Flerposisjonsspiller	Haslum IL
Josephine	Ekvern	Bakspiller	Haslum IL
Kornelia	Algarheim	Flerposisjonsspiller	Haslum IL
Kristiane	Mylius	Flerposisjonsspiller	Haslum IL
Auroa	Vidhammer	Bakspiller	Holmen IF
Eira	Melby	Bakspiller, midt	Jar Håndballklubb
Gyri	Ultveit	Flerposisjonsspiller (Bm, Kv)	Jar Håndballklubb
Elin	Bore	Bakspiller, midt	Jar Håndballklubb
Othilie	Egeland	Målvakt	Jar Håndballklubb
Hermine	Berge	Bakspiller	Jardar/ Nesøya
Hedda	Fosen	Bakspiller	Jardar/ Nesøya
Oda	Gulsvik	Kantspiller, venstre	Jardar/ Nesøya
Pauline	Jacobsen Raade	Bakspiller	Jardar/ Nesøya
Maja Austlid	Halvorsen	Bakspiller	Stabæk
Mille Helene	Skonnord Fodstad	Bakspiller, midt	Stabæk
Nathalie	Pignatel	Bakspiller, venstre	Stabæk
Mie	Toresen Soknes	Flerposisjonsspiller	Vestre Bærum LIL
Mie	Mensner Lerstang	Bakspiller	Vestre Bærum LIL
Sema	Nur Erdemir	Bakspiller	Vestre Bærum LIL
Synne	Vågårøy	Målvakt	Vestre Bærum LIL
Tuva	Normann Hermandrud	Bakspiller	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 kjegler / flatmarkører
stille med medisnibag

Endring på innkalling grunnet rulling, forfall, sykdom eller skade:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb	Forfall meldt
Ida	Ackora Skorpen	Bakspiller	Jar Håndballklubb	26.11.2019

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 rullingsliste blant disse. Ved rulling 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 20.11.2019

Endret 27.11.2019

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