

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 Oslo.

Samlingene avholdes i:

Samling nr./ arr.klubb	Dato	Klokken	Hall	Tema
Samling 6 -Hauerseter	Ons.12.02.20	Kl.19:30-21:00	Nordkisahallen	Sperreteknikk

Fremmøte 15. min før samling ferdig skiftet til treningstart.

Følgende klubber er med i puljen J13 Romerike Nord:

Borgen, Eidsvoll IF, Eidsvold Turn, Hauerseter SK, Kløfta, Nannestad, Ull/Kisa

Innkalling av spillere til denne økten:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Thea	Eriksen Stokkevåg	Målvakt	Borgen IL
Guro	Næstad-Wethal	Kantspiller, høyre	Borgen IL
Gabija	Pietaryte	Bakspiller	Borgen IL
Leah	Frilset	Flerposisjonsspiller (Ks, Ls)	Eidsvold IF
Nina	Sadeq	Bakspiller	Eidsvold IF
Vibeke	Nordgård Odland	Linjespiller	Eidsvold IF
Lilly	Bergsvenkerud	Bakspiller, venstre	Eidsvold Turn
Nora	Wenger	Bakspiller	Eidsvold Turn
Hedda	Snekkerhaugen	Linje	Eidsvold Turn
Mia	Sandholt	Målvakt	Eidsvold Turn
Anna Louise	Hoel	Flerposisjonsspiller (Ls, Bs, Ks)	Hauerseter SKN
Ida	Nabben Grønvoll	Flerposisjonsspiller (Kv, Ls)	Hauerseter SKN
Stine Marie	Grøndalen	Målvakt	Hauerseter SKN
Mina	Kåsa	Bakspiller, midt	Hauerseter SKN
Agnes	Togbah Paulsrud	Flerposisjonsspiller, venstre	Kløfta IL
Aurora	Lund	Flerposisjonsspiller, venstre	Kløfta IL
Milla	Hauge	Flerposisjonsspiller, venstre	Kløfta IL
Linnea	Lindgren Laumann	Bakspiller	Nannestad IL
Carense	Sandaunet	Bakspiller	Nannestad IL
Lidya	Daniel	Bakspiller	Nannestad IL
Helene	Habberstad	Målvakt	Nannestad IL
Hermine	Fredriksen Rasch	Bakspiller	Ullensaker Kisa
Jessica	Løkke Kok	Bakspiller	Ullensaker Kisa
Amanda	Løkke Kok	Flerposisjonsspiller (Strek, ving)	Ullensaker Kisa
Emma	Pigere	Linjespiller	Ullensaker Kisa

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:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb	Forfall meldt
Ingrid	Dahl	Bakspiller	Eidsvold Turn	11.02.20

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 Tone Tvester per epost tonetvester@gmail.com tlf. 97 71 54 15 og kopi til regionskontoret ved nhf.ron@handball.mno . 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 30.01.2020

Endret 11.02.2020

Med vennlig hilsen

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

Trenere Jenter 13 Romerike Nord
Marlene Johnsen
Tone Tvester