

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
AVLYST Samling 7-EIF	Tirs.17.03.20	Kl.18:00-19:30	Råholthallen	Duellspill

Fremmøte 15. min før samling ferdig skiftet til treningstart.

Følgende klubber er med i puljen J13 Romerike Nord:

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

Innkalling av spillere til denne økten:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
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
Dina	Johnsen Myrum	Målvakt	Eidsvold IF
Amina	Abubakarova	Målvakt	Eidsvold Turn
Nora	Ekornholmen	Linjespiller	Eidsvold Turn
Freya	Hustad	Bakspiller	Eidsvold Turn
Milla	Dønnum	Bakspiller	Eidsvold Turn
Anna Louise	Hoel	Flerposisjonsspiller (Ls, Bs, Ks)	Hauer seter SKN
Mina	Kåsa	Bakspiller, midt	Hauer seter SKN
Malene	Rundberg	Bakspiller, høyre	Hauer seter SKN
Agnes	Togbah Paulsrud	Flerposisjonsspiller, venstre	Kløfta IL
Aurora	Lund	Flerposisjonsspiller, venstre	Kløfta IL
Milla	Hauge	Flerposisjonsspiller, venstre	Kløfta IL
Julie	Gruer	Målvakt	Kløfta IL
Linnea	Lindgren Laumann	Bakspiller	Nannestad IL
Carense	Sandaunet	Bakspiller	Nannestad IL
Lidya	Daniel	Bakspiller	Nannestad IL
Hedda	Grøttheim	Bakspiller	Ullensaker Kisa
Thea	Resell Mevold	Flerposisjonsspiller (Bh, Kh)	Ullensaker Kisa
Milla	Haugerstuen Breen	Flerposisjonsspiller (Bv, Kv)	Ullensaker Kisa
Pernille Marie	Grønli	Flerposisjonsspiller, høyre (Bh, Kh)	Ullensaker Kisa
Celine	Kjelby	Målvakt	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 medisinbag

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 03.02.2020

Endret 11.03.2020

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