

## 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 Indre Østfold for spillere født i 2008

Samling nr./ arrangør klubb	Dato/Klokkeslett	Hall	Tema
Samling 3 / HK Rygge	08.12.2021 Kl.18.00-19.30	Ekholthallen	<a href="#">Individuell forsvarstrening</a>

Fremmøte 15.min før samling og ferdig skiftet til treningstart.

\* Inngangen til hallen er stengt så alle skal møte opp ved hovedinngang. Her vil dere møte Eivind Marius Ljunggren Nilsen som er klubbtrener til Askim. Når alle har kommet vil han låse opp.

Følgende klubber er med i gruppen J13 Indre Østfold: Askim, Driv, HK Rygge, HK Trøgstad-97, Skiptvet, Spydeberg og HK Eidsberg

### Innkalling av spillere til denne økten:

Navn spiller	Spillplass	Klubb
Mie Sofie Fjærvoll	Kantspiller	Askim
Kristine Hystestad	Bakspiller, midt	Askim
Arnisa Micaj	Flerposisjonspiller	Askim
Sofie Hermansen	Målvakt	Askim
Elmine Tomter	Kantspiller	Askim
Marlene Olaussen Halset	Målvakt	Driv IL
<del>Emilie Graff Skaarer</del>	<del>Bakspiller, høyre</del>	<del>HK Eidsberg*</del>
<del>Lotte Eveline Nordby Tøften</del>	<del>Bakspiller, midt</del>	<del>HK Eidsberg*</del>
<del>Emilie Kristine Bergersen</del>	<del>Linjespiller</del>	<del>HK Eidsberg*</del>
Sophie Berg Utaker	Flerposisjonspiller	HK Rygge
Mie Holtan Berntzen	Bakspiller, høyre	HK Rygge
Erle Hoel Olsen	Målvakt	HK Rygge
Enja Louise Larsen Molvig	Linjespiller	HK Rygge
<del>Emily Bergholt Nilsen</del>	<del>Flerposisjonspiller</del>	<del>HK Trøgstad 97*</del>
<del>Mariam Jorud Baastad</del>	<del>Kantspiller, venstre</del>	<del>HK Trøgstad 97*</del>
Julie Wiik	Bakspiller, venstre	Skiptvet
Nelli Burås	Bakspiller, midt	Skiptvet*
Tilla Marie Thon Christiansen	Flerposisjonspiller	Skiptvet
Michelle Aamodt Dahl	Kantspiller, venstre	Skiptvet*
<del>Mia Kristine Hidvegi Ørnø</del>	<del>Linjespiller</del>	<del>Spydeberg*</del>
<del>Karoline Rolness Rust</del>	<del>Bakspiller</del>	<del>Spydeberg*</del>
<del>Linea Eugenie Almvik</del>	<del>Bakspiller</del>	<del>Spydeberg*</del>
<del>Carmen Jølstadengen</del>	<del>Målvakt</del>	<del>Spydeberg*</del>
Marie Strand	Bakspiller, høyre	Spydeberg*

\*Forfall

\*\* Ny spiller inn

**Husk å ta med egen ball, klubbdrakt og drikkeflaske.**

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

**Klubbtrener til laget som arrangerer skal:**

- ta kontakt med SPU trener i forkant av samling.
- møte SPU trener i hallen samlingsdagen.
- stille med klubbtrener som skal være assistent for SPU-trener under hele økten.
- kontakte SPU-trener noen dager før samling for å være forberedt til selve økten
- stille med vester og kjepler/flatmarkører skal stille med medisinbag

**Uttak SPU 13:**

NHF Region Øst gjør ingen uttak av spillere på spillerutvikling (SPU) 13år. Utviklingsmiljøet er for spillere født i årgang 2008 uten unntak. Det blir gitt ett antall plasser per lag basert på lisensierte spillere og 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 et lag har mange aktuelle kandidater, kan klubbtrener lager en rulleringsliste blant disse.

**Forfall:**

Eventuelle meldinger om skade/sykdom eller forfall til samling skal håndteres av klubbtrener omgående eller senest en dag før samling slik at klubben fyller opp sine plasser.

Eventuelle endringer på innkalling skal varsles Fredrik Matheo Eriksen Stiansen per epost [Stiansenfredrik@gmail.com](mailto:Stiansenfredrik@gmail.com) eller telefon 93642561, husk kopi til regionskontoret ved Trine Sneeggen Fors per epost [trine.sneeggenfors@handball.no](mailto:trine.sneeggenfors@handball.no) . Merk eposten «Forfall SPU J13 Indre Østfold»

**Årsplan for samlinger:**

Treningene på SPU 13 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 på vår hjemmeside ved å trulle her:

[Spillerutvikling \(SPU\) 13år \(08\)](#)

**Strømmen 24.11.2021**

**Endret 08.12.2021**

Med vennlig hilsen

NHF Region Øst  
Trine Sneeggen Fors  
Spill og trening  
Tlf. 91372361  
461 [Trine.SneeggenFors@handball.no](mailto:Trine.SneeggenFors@handball.no)

Trener Jenter 13 Indre Østfold  
Fredrik Matheo Eriksen Stiansen  
Tlf. 93642561  
[Stiansenfredrik@gmail.com](mailto:Stiansenfredrik@gmail.com)