

## 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 Sør for spillere født i 2008

Samling nr./ arrangør klubb	Dato/Klokkeslett	Hall	Tema
Samling 3 / Korsvoll	09.02.2022 Kl. 19.30-21.00	Hovseterhallen	<a href="#">Individuell forsvarstrening</a>

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

Følgende klubber er med i gruppen J13 Sør: Bækkelaget, Bøler, Kjelsås, Kolbotn, Korsvoll, Nordstrand og Oppsal

### Innkalling av spillere til denne økten:

Navn spiller	Spillplass	Klubb
Mathilde Ståhl Samueljord	Bakspiller, venstre	Bækkelaget SK
Frida Raad	Flerposisjonsspiller	Bækkelaget SK
Isabelle Hernø Røeggen	Flerposisjonsspiller	Bækkelaget SK
Tuva Cederholm	Flerposisjonsspiller	Bøler IF
Mille Frenning Andersen	Flerposisjonsspiller	Bøler IF
Elmine Lie Smedsrud	Flerposisjonsspiller	Bøler IF
Johanna Malin Wimmer	Målvakt	Bøler IF*
Sahar Masoodi	Målvakt	Bøler IF**
Alma Schjenken Ullereng	Kantspiller, høyre	Kjelsås IL
Selma Kongstein	Kantspiller, venstre	Kjelsås IL
Thea Berget	Linjespiller	Kjelsås IL
Sofie Steinnes-Eriksen	Målvakt	Kjelsås IL
Victoria Santamaria	Bakspiller, midt	Kolbotn IL
Mari Tunes Jensen	Bakspiller, venstre	Kolbotn IL
Ingrid Sønsterud-Kroken	Bakspiller, venstre	Kolbotn IL
Petra Haagensen	Flerposisjonsspiller	Korsvoll IL
Hedda Udem	Flerposisjonsspiller	Korsvoll IL
Othilie Kjekshus	Kantspiller, høyre	Korsvoll IL
Maria Kolodyazhnaya	Flerposisjonsspiller	Nordstrand IF
Malin Karlsrud-Josephson	Flerposisjonsspiller	Nordstrand IF
Ane Guriby	Linjespiller	Nordstrand IF*
Ida Berg	Målvakt	Nordstrand IF
Linnea Budeng	Flerposisjonsspiller, høyre	Nordstrand IF*
Nora Haug	Flerposisjonsspiller	Nordstrand IF**
Line Nessheim	Kantspiller, høyre	Nordstrand IF**
Line Henriksen	Bakspiller, venstre	Oppsal IF*
Mathilde Mørk Fossen	Flerposisjonsspiller	Oppsal IF
Hermine Stubdal	Flerposisjonsspiller	Oppsal IF*
Camilla Ingjeringen Løfler	Flerposisjonsspiller	Oppsal IF**
Celina Bjerkelund	Flerposisjonsspiller	Oppsal IF**

\*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 utstyr som vester og kjepler/flatmarkører og 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 Elisabeth Nygaard per epost [Elisabeth\\_nygaard@hotmail.com](mailto:Elisabeth_nygaard@hotmail.com) eller telefon 95966535, husk kopi til regionskontoret ved Trine Sneeggen Fors per epost [trine.sneeggenfors@handball.no](mailto:trine.sneeggenfors@handball.no) . Merk eposten «Forfall SPU J13 Sør»

**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 26.01.2022**

**Endret 09.02.2022**

Med vennlig hilsen

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

Trener Jenter 13 Sør  
Elisabeth Nygaard  
Tlf. 95966535  
[Elisabeth\\_nygaard@hotmail.com](mailto:Elisabeth_nygaard@hotmail.com)