

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 for spillere født i 2008

Samling nr./ arrangør klubb	Dato/Klokkeslett	Hall	Tema
Samling 3 / Vestre Bærum LIL	07.02.2022 Kl.18.00-19.30	Helsethallen	Individuell forsvarstrening

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

Følgende klubber er med i gruppen J13 Vest: Asker/ GUI, Holmen, Jar/ Stabæk, Jardar, Vestre Bærum LIL, Haslum og Øvrevoll Hosle

Innkalling av spillere til denne økten:

Navn spiller	Spillplass	Klubb
Julia Stub Sellersjö	Bakspiller, venstre	Asker
Sarah Strid-Jonsson	Bakspiller	GUI SK
Ina Sør-Reime	Bakspiller, høyre	Haslum IL
Pernille Kristiansen	Flerposisjonsspiller	Haslum IL
Marie Øvereng-Skogen	Flerposisjonsspiller	Haslum IL*
Hannah Andrea Langfoss Bjerke	Bakspiller, venstre	Haslum IL**
Synne Fjeldstad Nuland	Flerposisjonsspiller	Holmen IF
Amanda Xu Røed	Kantspiller, venstre	Holmen IF
Ella Vetrhus	Målvakt	Holmen IF
Helene Knudsmoen Westby	Bakspiller, høyre	IL Jardar
Vilde Nymann Vangen	Bakspiller, midt	IL Jardar
Emilia Stinessen Dahlen	Linjespiller	IL Jardar
Ingrid Arnesen-Lerudsmoen	Målvakt	IL Jardar
Oliva Garmann	Bakspiller	Jar IL
Alva Melby	Flerposisjonsspiller	Stabæk
Anna Røen Bjørge	Flerposisjonsspiller	Jar IL*
Mia Charlotte Marsdal	Linjespiller	Jar IL*
Hannah Borgundvaag Bay	Målvakt	Jar IL
Ada Otilia Moholt	Flerposisjonsspiller	Jar IL**
Ingrid Solnes	Bakspiller, høyre	Stabæk**
Mie Sleteng Martinsen	Bakspiller, venstre	Vestre Bærum LIL
Mia Mikalsen	Bakspiller, venstre	Vestre Bærum LIL
Gabriela Rogowska	Målvakt	Vestre Bærum LIL
Tiril Elisabeth Ødemark	Flerposisjonsspiller	Øvrevoll Hosle IL
Thea Andersson Arentz	Flerposisjonsspiller	Øvrevoll Hosle IL
Emilia Espinola Hannisdahl	Flerposisjonsspiller	Øvrevoll Hosle IL

* 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 Lasse Halaas per epost lasse_halaas@hotmail.com eller telefon 95855833, husk kopi til regionskontoret ved Trine Sneeggen Fors per epost trine.sneeggenfors@handball.no . Merk eposten «Forfall SPU J13 J13 Vest»

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 21.01.2022

Endret 07.02.2022

Med vennlig hilsen

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

Trener Jenter 13 Vest
Lasse Halaas
Tlf. 95855833
lasse_halaas@hotmail.com