

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 5 / Nordstrand	29.03.2022 Kl. 17.30-19.00	Nordstrand Arena, Bane 1	Individuell forsvarsteknikk

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
Lotte Clement	Bakspiller, høyre	Bækkelaget SK*
Josefine Biermann Stenseth	Flerposisjonsspiller	Bækkelaget SK*
Martine Melcher	Flerposisjonsspiller	Bækkelaget SK*
Isabelle Hernø Røeggen	Flerposisjonsspiller	Bækkelaget SK** / *
Ville Højlund	Flerposisjonsspiller	Bækkelaget SK**
Mathilde Ståhl Samueljord	Bakspiller, venstre	Bækkelaget SK**
Sunniva Anda Aure	Bakspiller, venstre	Bækkelaget SK**
Tuva Cederholm	Flerposisjonsspiller	Bøler IF
Mille Frenning Andersen	Flerposisjonsspiller	Bøler IF
Elmine Lie Smedsrud	Flerposisjonsspiller	Bøler IF
Fride Haraldseid Lund	Målvakt	Bøler IF*
Eirin Kolshus	Målvakt	Bøler IF**
Lelja Mujnovic	Bakspiller, høyre	Kjelsås IL*
Kaja Sylten	Bakspiller, midt	Kjelsås IL*
Sanna Økland	Linjespiller	Kjelsås IL*
Maya Ystones	Målvakt	Kjelsås IL*
Iben Helena Thorstensen	Bakspiller, venstre	Kjelsås IL**
Stine Høydal Moen	Målvakt	Kjelsås IL**
Maja Celine Jakobsen	Linjespiller	Kjelsås IL**
Marija Zachariassen	Kantspiller, venstre	Kjelsås IL**
Sara Helen Jensrud	Flerposisjonsspiller	Kolbotn IL*
Minja Savic	Linjespiller	Kolbotn IL*
Adina Kristiansen	Linjespiller	Kolbotn IL*
Elise Bergersen Jensen	Målvakt	Kolbotn IL*
Agathe Willoch	Bakspiller, venstre	Korsvoll IL
Ingrid Dugstad Heyerdahl	Flerposisjonsspiller	Korsvoll IL
Alva Haugerud	Kantspiller, venstre	Korsvoll IL
Nora Haug	Flerposisjonsspiller	Nordstrand IF
Linnea Budeng	Flerposisjonsspiller, høyre	Nordstrand IF*
Ane Guriby	Linjespiller	Nordstrand IF

Malin Karlsrud-Josephson	Flerposisjonsspiller	Nordstrand IF
Lovise Lauritzen	Målvakt	Nordstrand IF
Maria Kolodyazhnaya	Flerposisjonsspiller	Nordstrand IF**
Line Henriksen	Bakspiller, venstre	Oppsal IF
Mathilde Mørk Fossen	Flerposisjonsspiller	Oppsal IF
Hermine Stubdal	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 Jørn Rune Andersen per epost jorn.rune.andersen@politiet.no eller telefon 48084550, husk kopi til regionskontoret ved Trine Sneeggen Fors per epost 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 15.03.2022

Endret 31.03.2022

Med vennlig hilsen

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

Trener Jenter 13 Sør
Elisabeth Nygaard
Tlf. 95966535
Elisabeth_nygaard@hotmail.com

NY SPU TRENER I J13 SØR:

Jørn Rune Andersen
Tlf. 48084550
jorn.rune.andersen@politiet.no