

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 Follo for spillere født i 2008

Samling nr./ arrangør klubb	Dato/Klokkeslett	Hall	Tema
Samling 7 / Oppegård	18.05.2022 Kl. 17.30-19.00	Østre Greverud Idrettshall	Duellspill

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

Følgende klubber er med i gruppen J13 Follo: Drøbak/Frogn, Langhus, Oppegård, Ski, Vestby, Ås Og Nesodden/ Fagerstrand

Innkalling av spillere til denne økten:

Navn spiller	Spillplass	Klubb
Iben Amalie Wangensteen	Bakspiller	Drøbak-Frogn IL
Nelia Hultin	Flerposisjonsspiller	Drøbak-Frogn IL
Hanna Alexandra Haugan	Flerposisjonsspiller	Drøbak-Frogn IL
Isabella Helene Wahlberg	Målvakt	Drøbak-Frogn IL*
Ingrid Haugen Selliken	Bakspiller	Drøbak-Frogn IL**
Lina Martinsen	Flerposisjonsspiller	Langhus
Linnea Mathilda Melsether	Flerposisjonsspiller	Langhus
Helle Holmen	Flerposisjonsspiller	Langhus
Tuva Taraldsen Mehus	Kantspiller, venstre	Nesodden
Signe Starberg Nygaard	Bakspiller	Nesodden
Mali Berntsen Engeseth	Bakspiller, venstre	Nesodden
Johanne Kjensli Høvik	Målvakt	Fagerstrand
Mathilde Takle Nistad	Bakspiller, midt	Oppegård IL
Sanne Dale Mølster	Flerposisjonsspiller	Oppegård IL
Sofie Sauvik Pettersen	Målvakt	Oppegård IL
Julie Drage de Leon	Kantspiller, venstre	Oppegård IL
Sofie Johanne Mauseth	Flerposisjonsspiller	Ski Håndball
Live Høgden Mæle	Bakspiller, venstre	Ski Håndball
Ingrid Bakken Pettersen	Flerposisjonsspiller	Ski Håndball
Sara Bekeli Sørli	Bakspiller	Vestby HK*
Anine Johnsrud Lillevik	Flerposisjonsspiller	Vestby HK*
Silje Thorstensen	Flerposisjonsspiller	Vestby HK*
Ada Granvik Glende	Flerposisjonsspiller	Ås IL*
Amelie Talleraas Stensrud	Flerposisjonsspiller	Ås IL*
Eiril Omholt Gjevestad	Flerposisjonsspiller	Ås IL*
Ida Juelsrud	Målvakt	Ås 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 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 Martine Dahl Larsgård per epost martine@larsgaard.no eller telefon 97080815, husk kopi til regionskontoret ved Trine Sneeggen Fors per epost trine.sneeggenfors@handball.no . Merk eposten «Forfall SPU J13 Follo»

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 04.05.2022

Endret 19.05.2022

Med vennlig hilsen

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

Trener Jenter 13 Oslo
Martine Dahl Larsgård
Tlf. 97080815
~~martine@larsgaard.no~~