

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 Romerike Nord for spillere født i 2009

Samling nr./ arrangør klubb	Dato/Klokkeslett	Hall	Tema
Samling 3 / Gjerdrum	Fredag 17.02.2023 Kl: 18:00-19:30	Gjerdrumshallen	Klikk her Individuell forsvarsteknikk

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

Følgende klubber tilhører denne gruppen: Eidsvold IF, Eidsvoll Turn, Gjerdrum, Holter/Nannestad, Hurdal og Ull/Kisa

Innkalling av spillere til denne økten:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Selma Hveem	Johansen	Linjespiller	Eidsvold IF*
Frida	Rustad	Bakspiller	Eidsvold IF
Maia	Tajet	Flerposisjonsspiller	Eidsvold IF
Ariola	Llapi		Eidsvold IF**
Kristin	Eidskrem	Bakspiller, venstre	Eidsvold TF
Julie Molstad	Lien	Bakspiller, høyre	Eidsvold TF
Tuva	Snekkerhaugen	Målvakt	Eidsvold TF
Hillevi Knutsen	Haakstad	Kantspiller, venstre	Eidsvold TF
Ida Sæther	Stovnmø	Flerposisjonsspiller	Gjerdrum
Karoline	Uthus	Bakspiller, midt	Gjerdrum
Linnea Lervik	Botheim	Flerposisjonsspiller	Gjerdrum
Ingrid	Kjærstad	Flerposisjonsspiller	Holter/Nannestad
Julia	Stolt	Flerposisjonsspiller	Holter/Nannestad
Nicoline Randby	Schaug	Flerposisjonsspiller	Holter/Nannestad
Mina-Elise Lundberg	Ringstad	Flerposisjonsspiller	Hurdal
Maren Opland	Tangen	Bakspiller	Hurdal
Anna Matea Bekkadal	Eik	Linjespiller	Hurdal
Mia	Pigere	Flerposisjonsspiller	Ull/Kisa
Vilja Kaasin	Modalen	Flerposisjonsspiller	Ull/Kisa
Emma	Dramstad	Flerposisjonsspiller	Ull/Kisa*
Gabriella	Aikio	Bakspiller, venstre	Ull/Kisa
Maja Jøssund	Ripe	Kantspiller, venstre	Ull/Kisa
Cecilia Chantal Østvig	Egge	Målvakt	Ull/Kisa
Sofie Susanne	Engebretsen	Linjespiller	Ull/Kisa**

*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 2009 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 Birta Run Grétarsdóttir pr epost birtargretars@gmail.com eller telefon 92311375, husk kopi til regionskontoret ved Tom Fokstuen pr epost tom.fokstuen@handball.no Merk eposten «Forfall SPU J13 Romerike Nord»

Årsplan for samlinger:

Treningene på SPU 13 vil foregå på rundgang i de klubbene som er i samme gruppe.

For mer info om SPU 13 finnes her: <https://www.handball.no/regioner/region-ost/utvikling/spillerutvikling/spu-13/>

Neste samling.

Samling nr./ arrangør klubb	Dato/Klokkeslett	Hall	Tema
Samling 4 / Holter/Nannestad	Onsdag 08.03.2023 Kl: 18:30-20:00	Nannestadhallen	Klikk her: Finter
Samling 5 / Hurdal	Mandag 27.03.2023 Kl: 18:30-20:00	Hurdal Idrettshall	Klikk her: Individuell forsvarsteknikk (utgruppet)
Samling 6 / Ullensaker/Kisa	Tirsdag 18.04.2023 Kl: 18:00-19:30	Algarheim Flerbrukshall	Klikk her: Linjespill
Samling 7 / Eidsvold IF	Tirsdag 02.05.2023 Kl: 17:30-19:00	Råholthallen	Klikk her: Duellspill
Samling 8 / Eidsvold TF	Fredag 12.05.2023 Kl: 18:00-19:30	Eidsvollhallen	Klikk her: Pådrag - viderespill og plasskifter

Strømmen 26.01.2023
Oppdatert 17.02.2023

Med vennlig hilsen

NHF Region Øst
Tom Fokstuen
Spill og trening
Tlf. 459 06 571
tom.fokstuen@handball.no

Trener J13 Romerike Nord
Birta Run Grétarsdóttir
Tlf. 92311375
birtargretars@gmail.com