

## 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 Østfold for spillere født i 2009

Samling nr./ arrangør klubb	Dato/Klokkeslett	Hall	Tema
Samling 4 / Skogstrand	Fredag 27.01.2023 Kl: 19:00-20:30	Kvernhuset	Klikk her <a href="#">Finter</a>

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

**Følgende klubber tilhører denne gruppen:** Halden, Kråkerøy, Rolvsøy, Skogstrand, Tindlund, Tistedalen, Tune, Tvetter

### Innkalling av spillere til denne økten:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Sofie Lindgren	Kalleklev	Bakspiller, midt	Halden HF
Lone Isabel	Bråthen	Flerposisjonsspiller	Halden HF
Maria Jantovsky	Haraldsen	Kantspiller	Halden HF
Zoe	Malm	Flerposisjonsspiller	Halden HF
Melder inn en ekstra		Utespiller	Halden HF
Mia	Eiker	Bakspiller	Kråkerøy IL
Mathilde Marie	Hansen-Fure	Bakspiller, venstre	Kråkerøy IL
Synne Marie	Austrheim	Målvakt	Kråkerøy IL
Nadia Alexandra	Lohrbauer	Flerposisjonsspiller	Kråkerøy IL
Sofie Nygaard	Strand	Bakspiller, midt	Kråkerøy IL
Erle Dahl	Knudsen	Bakspiller, høyre	Kråkerøy IL
Mia Simensen	Joneid	Bakspiller, midt	Rolvsøy
Alice Marie	Gundrosen	Bakspiller, venstre	Rolvsøy
Ylva Ovidia	Magnussen	Målvakt	Rolvsøy
Melder inn en ekstra		Utespiller	Rolvsøy
Ajsa	Becirevic	Bakspiller, venstre	Tune
Guro Alexandra	Lind	Bakspiller, høyre	Tune
Dilare	Perman	Målvakt	Tune
Ulrikke Juliane	Bjerke	Bakspiller, midt	Tune
Masa Basel	Albay	Kantspiller	Tvetter
Maline Rod	Hammerstad	Bakspiller	Tvetter
Thea Marielle	Halvorsen	Flerposisjonsspiller	Tvetter
Hermine	Hovland-Johansen	Flerposisjonsspiller	Tindlund
Lotta Emelin Hovden	Spernes	Flerposisjonsspiller	Tindlund
Ada Walen	Arnesen	Kantspiller	Tindlund
Ea-Madelen Kvernstuen	Langgård	Flerposisjonsspiller	Skogstrand
Sara Søberg	Arnesen	Målvakt	Skogstrand
Melder inn en ekstra		Utespiller	Skogstrand
Emma Filippa	Vik-Lerjemark	Bakspiller, midt	Tistedalen
Lerke Veim	Hjelmungen	Bakspiller, venstre	Tistedalen
Tiril	Brodin-Halvorsen	Bakspiller, høyre	Tistedalen
Isabel	Ahlsen	Målvakt	Tistedalen

\*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 Guro Bråthen Hultengreen pr epost [guro@hultengreen.no](mailto:guro@hultengreen.no) eller telefon 45240015, husk kopi til regionskontoret ved Tom Fokstuen pr epost [tom.fokstuen@handball.no](mailto:tom.fokstuen@handball.no) Merk eposten «Forfall SPU J13 Østfold»

**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 5 / Tindlund	Mandag 13.02.2023 Kl: 19:30-21:00	Grålumhallen	Klikk her: <a href="#">Individuell forsvarsteknikk (utgruppert)</a>
Samling 6 / Tistedalen	Mandag 13.03.2023 Kl: 18:30-20:00	Tistedalshallen	Klikk her: <a href="#">Linjespill</a>
Samling 7 / Tune	Mandag 03.04.2023 Kl: 18:00-19:30	Grålumhallen	Klikk her: <a href="#">Duellspill</a>
Samling 8 / Tvetter	Fredag Kommer Kl: 19:00-20:30	Skjeberghallen	Klikk her: <a href="#">Pådrag - viderespill og plasskifter</a>

**Strømmen 13.01.2023**  
**Oppdatert 27.01.2023**

Med vennlig hilsen

NHF Region Øst  
Tom Fokstuen  
Spill og trening  
Tlf. 459 06 571  
[tom.fokstuen@handball.no](mailto:tom.fokstuen@handball.no)

Trener J13 Østfold  
Guro Bråthen Hultengreen  
Tlf. 45240015  
[guro@hultengreen.no](mailto:guro@hultengreen.no)