

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 Indre Østfold for spillere født i 2009

Samling nr./ arrangør klubb	Dato/Klokkeslett	Hall	Tema
Samling 5 / Ørje	Tirsdag 14.02.2023 Kl: 18:00-19:30	Markerhallen	Klikk her: Individuell forsvarsteknikk (utgruppert)

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

Følgende klubber tilhører denne gruppen: Degernes, HK Eidsberg, HK Trøgstad 97, Skiptvet, Slitu IF, Ørje

Innkalling av spillere til denne økten:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Iselin Sundbrei	Eilertsen	Bakspiller	Slitu IF*
Mathilde Hermansen	Elvin	Målvakt	Slitu IF*
Isabel Fuentes	Lindstad	Flerposisjonsspiller	Slitu IF**
Ella Camilla Caridad Mederos	Eriksson	Målvakt	Slitu IF**
Selma Louise Herland	Bystrøm	Flerposisjonsspiller, høyre	Slitu IF
Pauline Gudim	Valsgård	Kantspiller, venstre	Slitu IF
Jonita	Micaj	Flerposisjonsspiller	Slitu IF
Marie Johanne Bjøntegaard	Karlsrud	Flerposisjonsspiller	Slitu IF
Julie	Walseth	Målvakt	HK Trøgstad 97 *
Juliane Knutsdatter	Skjønberg	Flerposisjonsspiller	HK Trøgstad 97 *
Hedvig Kaabbel	Flaten	Flerposisjonsspiller	HK Trøgstad 97
Mari Myklebust	Ness	Flerposisjonsspiller	HK Trøgstad 97
Akseline Kristiansen	Ekhaugen	Flerposisjonsspiller	HK Trøgstad 97
Benedikte Pauline	Olsen	Flerposisjonsspiller	HK Trøgstad 97 *
Elanda Sofie	Kasbo	Flerposisjonsspiller	HK Trøgstad 97 **
Ingrid Sofie Gangnes	Buer	Flerposisjonsspiller	HK Eidsberg
Tuva Aurora Nygaard	Høie	Bakspiller, midt	HK Eidsberg
Olivia	Tønsberg	Kantspiller, linjespiller	HK Eidsberg
Rikke Moxness	Haugerud	Målvakt	HK Eidsberg*
Madeleine	Olsen	Flerposisjonsspiller	Skiptvet
Elise Holm	Sveen	Flerposisjonsspiller	Skiptvet
Lilly	Garseg	Kantspiller, venstre	Skiptvet
Ada	Stubberud	Bakspiller, midt	Degernes
Sanna Oline	Bodahl	Bakspiller, midt	Degernes
Frida Avimasy	Solbakken	Bakspiller, venstre	Degernes
Thea Sofi	Sjøberg	Bakspiller, midt	Ørje
Liridona	Hyseni	Bakspiller, høyre	Ørje
Aurora Helen	Flote	Kantspiller, venstre	Ørje

*Forfall grunnet kamp denne dagen ** 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 Anne Haviken-Bjørge pr epost annehaviken.bjorge@gmail.com eller telefon 90572169, husk kopi til regionskontoret ved Tom Fokstuen pr epost tom.fokstuen@handball.no Merk eposten «Forfall SPU J13 Indre 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 6 / Slitu IF	Onsdag 01.03.2023 Kl: 19:00-20:30	Askimhallen	Klikk her: Linjespill
Samling 7 / Degernes	Onsdag 15.03.2023 Kl: 18:00-19:30	Degerneshallen	Klikk her: Duellspill
Samling 8 / HK Eidsberg	Mandag 27.03.2023 Kl: 19:00-20:30	Eidsberghallen B	Klikk her: Pådrag - viderespill og plasskifter

Strømmen 26.01.2023

Oppdatert 14.02.2023

Med vennlig hilsen

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

Trener J13 Indre Østfold
Anne Haviken-Bjørge
Tlf. 90572169
annehaviken.bjorge@gmail.com