

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 5 / Tindlund	Mandag 13.02.2023 Kl: 19:30-21:00	Grålumhallen	Klikk her: Individuell forsvarsteknikk (utgruppert)

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
Mia	Hafstad	Bakspiller, midt	Halden HF
Mathea Faraasen	Meling	Kantspiller, venstre	Halden HF
Milla Linnea	Andersen	Bakspiller, venstre	Halden HF
Julie	Karlsson	Flerposisjonsspiller	Halden HF
Zoe	Malm	Flerposisjonsspiller	Halden HF
Liv Conradi	Andersen	Linjespiller	Kråkerøy IL
Anna Paus	Jensvoll	Kantspiller, høyre	Kråkerøy IL*
Ulrikke	Jelsness-Jørgensen	Flerposisjonsspiller	Kråkerøy IL
Mathilde Marie	Hansen-Fure	Bakspiller, venstre	Kråkerøy IL
Hanna Solberg	Brovold	Flerposisjonsspiller	Kråkerøy IL
Synne Marie	Austrheim	Målvakt	Kråkerøy IL
Ana Othilie	Spernes	Bakspiller	Kråkerøy IL**
Mia Simensen	Joneid	Bakspiller, midt	Rolvsøy
Alice Marie	Gundrosen	Bakspiller, venstre	Rolvsøy
Ylva Ovidia	Magnussen	Målvakt	Rolvsøy
Sofie Sætherbakken	Engen	Flerposisjonsspiller	Rolvsøy*
Ulrikke Juliane	Bjerke	Bakspiller, midt	Tune
Hedda Gravdal	Lyche	Bakspiller, midt	Tune
Una	Aleksic	Kantspiller, venstre	Tune
Dilare	Perman	Målvakt	Tune
Aurora Dahle	Lindh	Linjespiller	Tvetter
Thea Marielle	Halvorsen	Bakspiller	Tvetter*
Maline Rod	Hammerstad	Bakspiller	Tvetter
Kristina	Stangeland	Linjespiller	Tvetter**
Hermine	Hovland-Johansen	Flerposisjonsspiller	Tindlund
Lotta Emelin Hovden	Spernes	Flerposisjonsspiller	Tindlund
Ada Walen	Arnesen	Kantspiller	Tindlund
Silje Linnea	Bye	Bakspiller	Skogstrand
Maiken	Aardalen	Bakspiller	Skogstrand
Sara Sjøberg	Arnesen	Målvakt	Skogstrand
Sofie Steinsvik	Pettersen	Bakspiller	Skogstrand
Emma Filippa	Vik-Lerjemark	Bakspiller, midt	Tistedalen
Lerke Veim	Hjelmungen	Bakspiller, venstre	Tistedalen
Tiril	Brodin-Halvorsen	Bakspiller, høyre	Tistedalen

Leonora	Pedersen	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 eller telefon 45240015, husk kopi til regionskontoret ved Tom Fokstuen pr epost 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 6 / Tistedalen	Mandag 13.03.2023 Kl: 18:30-20:00	Tistedalshallen	Klikk her: Linjespill
Samling 7 / Tune	Mandag 03.04.2023 Kl: 18:00-19:30	Grålumhallen	Klikk her: Duellspill
Samling 8 / Tvetter	Fredag Kommer Kl: 19:00-20:30	Skjeberghallen	Klikk her: Pådrag - viderespill og plasskifter

Strømmen 02.02.2023

Oppdatert 13.02.2023

Med vennlig hilsen

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

Trener J13 Østfold
Guro Bråthen Hultengreen
Tlf. 45240015
guro@hultengreen.no