

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 Sør for spillere født i 2009

Samling nr./ arrangør klubb	Dato/Klokkeslett	Hall	Tema
Samling 5 / Korsvoll	Fredag 06.01.2023 Kl: 18:30-20:00	Korsvoll flerbrukshall	Klikk her Individuell forsvarsteknikk (utgruppet)

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

Følgende klubber tilhører denne gruppen: Bækkelaget, Bøler, Kjelsås, Kolbotn, Korsvoll, Nordstrand og Njård

Innkalling av spillere til denne økten:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Rahma Aadan	Farah	Flerposisjonsspiller	Bøler
Selma	Rugset-Johansen	Flerposisjonsspiller	Bøler
Louise Alendal	Indresand	Flerposisjonsspiller	Bøler
Hanna Malene	Fjøren	Flerposisjonsspiller	Bøler
Thea Isabelle Renner	Fredriksen	Kantspiller, høyre	Kjelsås
Kaja	Opsahl	Bakspiller	Kjelsås
Amy Bjercke	Anderton	Flerposisjonsspiller	Kjelsås
Julie Christine	Hellum	Bakspiller	Kjelsås
Hermine	Falch-Lillevold	Målvakt	Kjelsås
Ine Grindvik	Nielsen	Flerposisjonsspiller	Kolbotn IL
Marta Elzbieta	Pietras	Bakspiller, høyre	Kolbotn IL
Ene	Wangsvik	Flerposisjonsspiller	Kolbotn IL
Adriana Elisabeth	Franceschi-Burns	Bakspiller, høyre	Kolbotn IL
Alvine	Rosnes	Flerposisjonsspiller	Korsvoll
Kaja Holzheimer	Smørdal	Målvakt	Korsvoll
Anna Charlotte	Svane-Fyhn	Bakspiller, venstre	Korsvoll
Jenny	Tuft-Winje	Flerposisjonsspiller	Korsvoll
Emilie Måsøval	Schau	Flerposisjonsspiller	Njård
Erle	Aakerøy		Njård
Indiane de Regt	Liebe	Bakspiller, midt	Njård
Mathilde Killingbergtrø	Berdal	Målvakt	Njård
Alba Buzhala	Bolsø	Flerposisjonsspiller	Nordstrand
Josefine Cook	Jensen	Bakspiller, midt	Nordstrand
Nicoline Nordby	Lunder	Målvakt	Nordstrand
Frida Tillnes	Jansen	Flerposisjonsspiller, linjespiller	Nordstrand
Selma Myrbakken	Høgh	Flerposisjonsspiller, høyre	Nordstrand
Felicia Marie	Lange	Kantspiller, venstre	Bækkelagets
Stella Svoren	Fuglestad	Linjespiller	Bækkelagets
Martine	Rooth	Bakspiller, midt	Bækkelagets
Iben Aalstad	Solum	Bakspiller, høyre	Bækkelagets

*Forfall ** Ny

**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 utstyr som vester og kjebler/flatmarkører og 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 Monica Ellingjord pr epost monicaellingjord@hotmail.com eller telefon 95145449, husk kopi til regionskontoret ved Tom Fokstuen pr epost tom.fokstuen@handball.no. Merk eposten «Forfall SPU J13 Sør»

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 trykke her:

[Spillerutvikling \(SPU\) 13år \(09\)](#)

Neste samling:

Samling 6 / Njård	Fredag 03.02.2023 Kl: 17:30-19:00	Njårdhallen	Klikk her Linjespill
-------------------	---	-------------	---

Strømmen 02.01.2023

Endret 06.01.2023

Med vennlig hilsen

NHF Region Øst
Tom Fokstuen
Spill og trening
Tlf. 45906571
tom.fokstuen@handball.no

Trener Jenter 13 Sør
Monica Ellingjord
Tlf. 95145449
monicaellingjord@hotmail.com