

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 Øst for spillere født i 2009

| | | | |
|-----------------------------|--------------------------------------|----------|--|
| Samling nr./ arrangør klubb | Dato/Klokkeslett | Hall | Tema |
| Samling 7 / NIT-HAK | Onsdag 19.04.2023 Kl: 18:00-19:30 | Lihallen | Klikk her: Duellspill |

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

Følgende klubber tilhører denne gruppen: Skedsmo - NIT-HAK - SSK Skjetten, Kløfta IL og Fjellhammer

Innkalling av spillere til denne økten:

| Fornavn | Etternavn | Spillplass | Klubb |
|------------------|---------------------|----------------------|--------------|
| Pernille | Doresius | Kantspiller | Fjellhammer |
| Julie Andreassen | Sjem | Flerposisjonsspiller | Fjellhammer |
| Lilly Amanda | Ristad | Flerposisjonsspiller | Fjellhammer |
| Alvira | Malik-Jensen | Linjespiller | Fjellhammer |
| Xenia Sofia West | Furumo | Målvakt | Fjellhammer |
| Ema | Habibi | Bakspiller, høyre | Kløfta IL |
| Sara | Korstadhagen | Bakspiller, høyre | Kløfta IL |
| Oda Bråge | Wien | Målvakt | Kløfta IL |
| Linnea | Thorkeldsen-Stavdal | Bakspiller, venstre | Kløfta IL |
| Frida | Axelsson | Bakspiller | Kløfta IL |
| Marie Person | Terp | Flerposisjonsspiller | NIT-HAK |
| Karoline Jøranli | Rogne | Bakspiller, midt | NIT-HAK |
| Mia | Høien | Bakspiller, midt | NIT-HAK |
| Nora Myhren | Møllerud | Linjespiller | NIT-HAK |
| Kismat | Kaur | Bakspiller, høyre | NIT-HAK |
| Tiril Nysted | Stensgård | Bakspiller | Skedsmo |
| Saga Emine Årnes | Jordhøy | Bakspiller, midt | Skedsmo |
| Thea Kostøl | Svendsen | Bakspiller | Skedsmo |
| Celine Kostøl | Svendsen | Flerposisjonsspiller | Skedsmo |
| Silje | Hallås | Kantspiller, venstre | Skedsmo |
| Nermin | Mirzezade | Målvakt | SSK Skjetten |
| Mariel | Mathiesen | Linjespiller | SSK Skjetten |
| Melissa | Qiu | Bakspiller, venstre | SSK Skjetten |
| Sofia Ariell | Grenne-Figueroa | Linjespiller | SSK Skjetten |
| Inaaya | Baig | Målvakt | SSK Skjetten |

*Forfall ** Ny spiller inn *** kamp

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 lagere 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 Karl Oskar Oserud Bentzen pr epost karloskar2110@gmail.com eller telefon 45429245, husk kopi til regionskontoret ved Tom Fokstuen pr epost tom.fokstuen@handball.no Merk eposten «Forfall SPU J13 Øst»

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 samlinger:

| Samling nr./ arrangør klubb | Dato/Klokkeslett | Hall | Tema |
|-----------------------------|--------------------------------------|-------------|---|
| Samling 8 / Skedsmo | Fredag 05.05.2023 Kl: 19:00-20:30 | Tærudhallen | Klikk her: Pådrag - viderespill og plasskifter |

Strømmen 12.04.2022

Oppdatert 14.04.2023

Med vennlig hilsen

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

Trener J13 Øst
Karl Oskar Oserud Bentzen
Tlf. 45429245
karloskar2110@gmail.com