

## 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 Nord for spillere født i 2009

Samling nr./ arrangør klubb	Dato/Klokkeslett	Hall	Tema
Samling 7 / Østsiden/Torsnes	Tirsdag 11.04.2023 Kl: 19:00-20:30	Kongstenhallen bane C	Klikk her: <a href="#">Duellspill</a>

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

**Følgende klubber tilhører denne gruppen:** Gresvik, Lervik, Lisleby, Son HK, Østsiden/Torsnes, Vansjø/Svinndal, HK Rygge

### Innkalling av spillere til denne økten:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Leah	Midtfjeld	Bakspiller, venstre	Gresvik
Helene Viktoria	Sveberg	Bakspiller, midt	Gresvik
Silje Nybraaten	Hansen	Kantspiller, høyre	Gresvik
Tindra	Arnesen	Målvakt	Gresvik
Gloria Paulina	Pedro	Målvakt	HK Rygge
Sara	Kivrak	Linjespiller	HK Rygge
Amelia	Gleditsch	Flerposisjonsspiller	HK Rygge
Caroline	Henriksen	Flerposisjonsspiller	HK Rygge
Mille Olivia	Nymo	Flerposisjonsspiller	Lervik IF
Julie Grøndahl	Engseth	Flerposisjonsspiller	Lervik IF
Pernille Bunes	Martinsen	Flerposisjonsspiller	Lisleby
Sienna Diamante	Hoff-Dahlgren	Målvakt	Lisleby
Siren	Formoe	Bakspiller	Lisleby
Tuva	Formoe	Bakspiller	Lisleby
Majken	Steen-Kitter	Flerposisjonsspiller, høyre	Son HK
Alma Victoria Helstrøm	Berntsen	Flerposisjonsspiller	Vansjø/Svinndal
Johanne	Gulbrandsen	Kantspiller, venstre	Østsiden/Torsnes
Alma Johansen	Hedvald	Bakspiller, venstre	Østsiden/Torsnes
Stella Norum	Ripel	Målvakt	Østsiden/Torsnes
Wilma Norum	Ripel	Flerposisjonsspiller	Østsiden/Torsnes
Alma	Eker	Bakspiller, midt	Østsiden/Torsnes

\*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 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 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 Nord»

**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 8 / Gresvik	Tirsdag 18.04.2023 Kl: 18:30-20:00	Gressvikhallen	Klikk her: <a href="#">Pådrag - viderespill og plasskifter</a>

**Strømmen 06.03.2023**

**Oppdatert 04.04.2023**

Med vennlig hilsen

NHF Region Øst  
Tom Fokstuen  
Spill og trening  
Tlf. [459 06 571](tel:45906571)  
[tom.fokstuen@handball.no](mailto:tom.fokstuen@handball.no)

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