

INNKALLING TIL SAMLING FOR SPILLERUTVIKLING NHF REGION ØST JENTER FØDT 2010 GRUPPE J13-ØSTFOLD

Samling nr./ arrangør klubb	Dato/ Klokkeslett	Hall	Tema
Samling 4 / Tistedal	03.01.2024 Kl. 18:30-20:00	Tistedalshallen	Finter

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

Følgende lag er med i gruppen J13 Østfold:

Kråkerøy, Rolvsøy IF, Skogstrand IL, Tindlund IF, Tistedal, Tune IL, Tvetter Håndballklubb og Sarpsborg IL

Uttak:

Regionen gjør ingen uttak av utøvere på SPU 13, men det er klubb som gjøre en prioritering, og bestemmer hvilke spillere som skal delta fra sitt lag i henhold til tildelt kvote med unntak av målvakter. Her vil region Øst lage en rulleringslite blant de aktuelle målvaktene som er meldt inn slik at det alltid kalles inn tre-fire stk. til hver samling.

Innkalling av spillere til denne økten:

Navn på spiller	Spillplass	Klubb
Andrea Bjerkan Magnussen	Bakspiller	Kråkerøy
Maria Jordal Iversen	Bakspiller	Kråkerøy
Alma Grude	Bakspiller	Kråkerøy
Frida Marie Gundrosen Arnesen	Bakspiller	Kråkerøy
Isabelle Jørvum-Andersen	Målvakt	Kråkerøy
Alva Mariel Rusten	Bakspiller, venstre	Rolvsøy IF
Ella Høyter Pettersen	Bakspiller, venstre	Rolvsøy IF
Frida Graasten	Linjespiller	Sarpsborg IL
Frida Nordhavn Lund	Kantspiller, høyre	Sarpsborg IL
Maren Mjærum Martinsen	Kantspiller, venstre	Sarpsborg IL
Jenny Amalie Rudi Larsen	Målvakt	Skogstrand IL*
Emine Ringstad Hunderi	Flerposisjonsspiller	Skogstrand IL
Hannah Gonzalez-Moreno	Flerposisjonsspiller	Skogstrand IL
Linnea Søland	Bakspiller, høyre	Skogstrand IL
Ajla Velic	Bakspiller, venstre	Tindlund IF
Lejla Kulagic	Flerposisjonsspiller	Tindlund IF*
Fride Häll	Kantspiller	Tindlund IF
Isabell Klemetsen	Linjespiller	Tindlund IF**
Martine Granli	Bakspiller, venstre	Tistedal*
Emma Ndombe	Flerposisjonsspiller	Tistedal
May Adelina Hansen	Bakspiller	Tistedal
Live Jørgensen	Målvakt	Tistedal
Elise Bjærum	Flerposisjonsspiller	Tistedal**
Emilie Sofie Andersen	Bakspiller, venstre	Tune IL*
Julie Elise Haugen	Kantspiller, venstre	Tvetter Håndballklubb
Malin Kure	Målvakt	Tvetter Håndballklubb

*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 utstyr som vester og kjepler/flatmarkører og medisinbag.

Forfall:

Spillerne skal varsle forfall til sin klubbtrener så snart de vet de ikke kan møte til økten.

Klubbtrener varsler eventuelle meldinger om forfall samt endringer på innkalling til SPU trener **Sebastian Guttulsrød** per epost Sebastgu@hotmail.com med kopi til regionskontoret ved Trine Sneeggen Fors per epost trine.sneeggenfors@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. Det vil bli satt opp en årsplan med samlinger og denne finner du på vår hjemmeside ved å trulle her: [Spillerutvikling \(SPU\) 13år \(10\)](#)

Strømmen 18.12.2023

Endret 03.01.2024

Med vennlig hilsen

Trine Sneeggen Fors	Sebastian Guttulsrød
NHF Region Øst Spill & Trening	Trener
Tlf. 91372361	Tlf. 45452043
Trine.sneeggenfors@handball.no	Sebastgu@hotmail.com