

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

Samling nr./ arrangør klubb	Dato/ Klokkeslett	Hall	Tema
Samling 4 / Bjørndal IF	11.01.2024 Kl. 19:30-21:00	Bjørnholthallen	Finter

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

Følgende lag er med i gruppen J13 Sør:

Bøler, Bjørndal IF, Bækkelaget Sportsklubb, Korsvoll IL, Nordstrand IF og Oppsal

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
Sara Haug Nicolaysen	Bakspiller, venstre	Bjørndal IF
Nivin Maktabi Barkouki	Kantspiller, venstre	Bjørndal IF
Jasmin Maktabi Barkouki	Målvakt	Bjørndal IF
Marie Kalmo Aasen	Bakspiller, venstre	Bækkelagets Sportsklubb
Emmy Amundsen Westby	Bakspiller, midt	Bækkelagets Sportsklubb*
Stine Enoksen	Bakspiller, midt	Bækkelagets Sportsklubb
Una Ljevo	Kantspiller, venstre	Bækkelagets Sportsklubb
Mari Langfjord	Målvakt	Bækkelagets Sportsklubb
Mia Karlsrud	Bakspiller	Bækkelagets Sportsklubb**
Ella Marie Svee Wilberg	Målvakt	Bøler
Ella Krogstad-Ihlebak	Kantspiller	Bøler
Kaja Sten Larsen	Bakspiller	Bøler
Mari Våland Almås	Bakspiller	Bøler
Maiken Pettersen Øverby	Bakspiller, midt	Korsvoll IL*
Jenny Storaug Pedersen	Bakspiller, høyre	Korsvoll IL
Julie Erikson Dæe	Kantspiller, venstre	Korsvoll IL*
Amalie Romfog Hauge	Flerposisjonsspiller	Korsvoll IL**
Ulrikke Bjerkvold Aas	Bakspiller, midt	Korsvoll IL**
Amalie Johansen Andenæs	Målvakt	Nordstrand IF
Jenny Løken Rambæk	Kantspiller	Nordstrand IF
Sara Lalande	Kantspiller	Nordstrand IF
Johanne Laska Heck	Kantspiller	Nordstrand IF
Pernille Aasdal	Linjespiller	Nordstrand IF
Mia Moflag Løchting	Flerposisjonsspiller	Oppsal Håndball
Amanda Volla	Flerposisjonsspiller	Oppsal Håndball
Wilma S Kallasten	Flerposisjonsspiller	Oppsal Håndball
Mikeline L Eid	Flerposisjonsspiller	Oppsal Håndball

***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 **Andrea Breiseth Gran** per epost andrea.breiseth.gran@hotmail.com med kopi til regionskontoret ved Trine Sneeggen Fors per epost trine.sneeggenfors@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 trulle her: [Spillerutvikling \(SPU\) 13år \(10\)](#)

Strømmen 19.12.2023

Endret 11.01.2024

Med vennlig hilsen

Trine Sneeggen Fors	Andrea Breiseth Gran
NHF Region Øst Spill & Trening	Trener
Tlf. 91372361	Tlf. 47683117
Trine.sneeggenfors@handball.no	andrea.breiseth.gran@hotmail.com