

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 J14 Oslo for spillere født i 2008

Samling nr./ arrangør klubb	Dato/Klokkeslett	Hall	Tema
Samling 1 / Vålerenga	10.10.2022 Kl.20.30-22.00	Ekeberghallen	Økt 1: Kast og grep

Fremmøte 30.min før samling og ferdig skiftet til treningstart.

Følgende klubber er med i gruppen J14 Oslo: Hasle-Løren, Monolitten, Njård, Ullern, Vålerenga IF, Årvoll IF og Korsvoll

Innkalling av spillere til denne økten:

Navn på spiller	Spillplass	Klubb
Sejla Vesnic	Bakspiller, midt	Hasle-Løren IL
Alysha Ria Alfred	Kantspiller, venstre	Hasle-Løren IL
Melissa Hjelmeland	Bakspiller, venstre	Monolitten
Sofie Dahl-Myrvik	Kantspiller, venstre	Monolitten
Kaia Louise Krogstad Haaland	Målvakt	Monolitten
Marie Øverby	Bakspiller, midt	Monolitten
Lani Helene Dolve	Kantspiller, venstre	Njård
Nicola Buer	Bakspiller, høyre	Njård
Carla Andreassen	Bakspiller, venstre	Njård
Madeleine Hartmann	Bakspiller, venstre	Njård
Hedvig Linnea Gravnås	Flerposisjonsspiller	Ullern Håndball
Madelen Beckstrøm	Kantspiller, høyre	Ullern Håndball
Celine Gjerstrøm	Flerposisjonsspiller	Ullern Håndball
Ida Nyblom	Flerposisjonsspiller	Ullern Håndball
Ibaa Mohammed Abdelhai	Bakspiller, midt	Vålerenga IF
Cerina Nord-Varhaug	Kantspiller, venstre	Vålerenga IF
Emine Ilseng	Flerposisjonsspiller	Vålerenga IF
Ada Dyrøy-Jansen	Bakspiller, venstre	Vålerenga IF
Maia Sommerfelt	Målvakt	Vålerenga IF
Pernille Hanssen Kvarsvik	Bakspiller	Årvoll IL*
Petra Josipovic	Linjespiller	Årvoll IL
Eira Borge Sandbakk	Bakspiller	Årvoll IL
Andrea Paulsen Høydalsvik	Bakspiller, midt	Korsvoll IL
Alva Haugerud	Bakspiller, venstre	Korsvoll IL
Othilie Kjekshus	Kantspiller, høyre	Korsvoll IL
Hedda Udem	Bakspiller, venstre	Korsvoll IL
Anna Lagset	Målvakt	Korsvoll IL

*Forfall

Husk å ta med egen ball, **klubbdrakt** og drikkeflaske.

Viktig at du har en tapebit med navnet ditt synlig klistret på drakten din!



Norges
Håndballforbund
Region Øst

Forfall:

Eventuelle meldinger om skade/sykdom eller forfall til samling skal varsles Kåre Håkon Olsen per epost Kareolsen67@yahoo.no eller telefon 41673352, husk kopi til regionskontoret ved Trine Sneeggen Fors per epost trine.sneeggenfors@handball.no . Merk eposten «*Forfall SPU J14 Oslo*»

Årsplan for samlinger:

Treningene på SPU 14 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 \(SPU\) 14år \(08\)](#)

Strømmen 27.09.2022

Endret 10.10.2022

Med vennlig hilsen

NHF Region Øst
Trine Sneeggen Fors
Spill og trening
Tlf. 91372361
Trine.SneeggenFors@handball.no

Trenere Jenter 14 Oslo
Roger Larsgård
Kåre Håkon Olsen