

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 Sør for spillere født i 2008

Samling nr./ arrangør klubb	Dato/Klokkeslett	Hall	Tema
Samling 1 / Bækkelaget	01.11.2022 kl. 19.00-20.30	Bjørnholthallen	Økt 1: Kast og grep

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

Følgende klubber er med i gruppen J14 Sør: Bækkelaget, Kjelsås, Kolbotn IL, Nordstrand og Oppsal

Innkalling av spillere til denne økten:

Navn på spiller	Spillplass	Klubb
Josefine Biermann Stenseth	Flerposisjonsspiller	Bækkelaget
Martine Melcher	Bakspiller, høyre	Bækkelaget
Isabelle Hernø Røeggen	Bakspiller, høyre	Bækkelaget*
Emma Linnestad	Bakspiller, midt	Bækkelaget**
Marie Lutro Allison	Flerposisjonsspiller	Kjelsås
Mille Weng Furuset	Flerposisjonsspiller	Kjelsås
Selma Kongstein	Kantspiller, venstre	Kjelsås
Alma Schjenken Ullereng	Kantspiller, høyre	Kjelsås
Maya Ystenes	Målvakt	Kjelsås
Mari Jensen Tunes	Flerposisjonsspiller	Kolbotn IL
Agnes Jule Reid	Flerposisjonsspiller	Kolbotn IL*
Minja Savic	Linjespiller	Kolbotn IL
Elise Bergersen	Målvakt	Kolbotn IL
Sina Marie Frogner	Flerposisjonsspiller	Kolbotn IL**
Ida Berg	Målvakt	Nordstrand IF
Maria Kolodyazhnaya	Flerposisjonsspiller	Nordstrand IF
Malin Karlsrud-Josephson	Kantspiller, venstre	Nordstrand IF
Nora Haug Khoury	Flerposisjonsspiller	Nordstrand IF*
Ane Aabel Suriby	Linjespiller	Nordstrand IF
Mille Helland Flø	Flerposisjonsspiller	Nordstrand IF
Mathilde Mørk Fossen	Flerposisjonsspiller	Oppsal
Enja Skofteby	Linjespiller	Oppsal
Line Henriksen	Bakspiller, venstre	Oppsal
Tuva Cederholm	Flerposisjonsspiller	Oppsal*
Mille Frenning Andersen	Flerposisjonsspiller	Oppsal**
Damanpreet Kau	Bakspiller, høyre	Oppegård
Julie De Leon	Kantspiller, venstre	Oppegård
Mathilde Takle Nistad	Bakspiller, midt	Oppegård

*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:

Eventuelle meldinger om skade/sykdom eller forfall til samling skal varsles Tommy Bjørnerem Furuli per epost tommyfuruli@gmail.com eller telefon 45264031, husk kopi til regionskontoret ved Trine Sneeggen Fors per epost trine.sneeggenfors@handball.no . Merk eposten «*Forfall SPU J14 Sør*»

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 10.10.2022

Endret 01.11.2022

Med vennlig hilsen

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

Trenere Jenter 14 Sør
Tommy Bjørnerem Furuli
Iver Stølen