

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 Vest for spillere født i 2008

Samling nr./ arrangør klubb	Dato/Klokkeslett	Hall	Tema
Samling 1 / Asker	10.11.2022 Kl.17:30-19:00	Leikvollhallen	Økt 1: Kast og grep

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

Følgende klubber er med i gruppen J14 Vest: Asker, Haslum, Holmen, Jar IL/ Stabæk, Jardar IL og Øvrevoll Hosle

Innkalling av spillere til denne økten:

Navn på spiller	Spillplass	Klubb
Julia stub sellersjø	Flerposisjonsspiller	Asker skiklubb
Sarah strid-Johnsson	Flerposisjonsspiller	Asker skiklubb*
Sara dalegården Strand	Bakspiller, midt	Asker skiklubb
Ylva Lehne	Målvakt	Asker skiklubb
Thea Victoria Livingston	Linjespiller	Asker skiklubb**
Charlotte Sørensen	Kantspiller, venstre	Asker skiklubb**
Emma Sjøli Fritzvold	Bakspiller, midt	Haslum IL
Elisa Gunnerød	Bakspiller, venstre	Haslum IL
Mie Sleteng Martinsen	Bakspiller, venstre	Haslum IL
Hedda Skovli	Bakspiller, midt	Haslum IL
Mathilde Sandberg	Målvakt	Haslum IL
Fie Stenvadet Magnussen	Linjespiller	Haslum IL**
Ina Ødegård Sør-Reime	Kantspiller, høyre	Haslum IL**/ *
Pernille	Kristiansen	Haslum IL**
Synne Nuland	Flerposisjonsspiller	Holmen IF*
Alva Melby	Flerposisjonsspiller	Stabæk*
Ingrid Solnes	Bakspiller, høyre	Stabæk*
Ada Moholt	Kantspiller, venstre	Jar IL
Hedvig Yli	Flerposisjonsspiller	Jar IL
Olivia Garmann	Bakspiller, midt	Jar IL*
Hannah Bay	Målvakt	Jar IL*
Jenny Øxnes	Målvakt	Jar IL**
Vilde Graver Knudsen	Bakspiller, høyre	Jar IL**/ *
Ella Rymill Kaba	Flerposisjonsspiller	Jardar IL*
Thea Elise Steinmoen Barski	Flerposisjonsspiller	Jardar IL
Nora Winge Kvam	Flerposisjonsspiller	Jardar IL
Vilde Nymann Vangen	Flerposisjonsspiller	Jardar IL
Luna Ostling Bjørnådal	Målvakt	Jardar IL*
Josefine Langfeldt	Kantspiller, høyre	Jardar IL**
Ingrid Arnesen-Lerudsmoen	Målvakt	Jardar IL**/ *
Thea Andersson Arentz	Bakspiller, venstre	Øvrevoll Hosle IL*
Hedda Askeland Wagelid	Bakspiller, midt	Øvrevoll Hosle IL*
Emilia Hannisdahl	Kantspiller, høyre	Øvrevoll Hosle IL*

Tiril Ødemark	Bakspiller, venstre	Øvrevoll Hosle IL*
---------------	---------------------	--------------------

*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 kjebler/flatmarkører og medisinbag.

Forfall:

Eventuelle meldinger om skade/sykdom eller forfall til samling skal varsles Lasse Halaas per epost lasse_halaas@hotmail.com eller telefon 95855833, husk kopi til regionskontoret ved Trine Sneeggen Fors per epost trine.sneeggenfors@handball.no . Merk eposten «Forfall SPU J14 Vest»

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 19.10.2022

Endret 11.11.2022

Med vennlig hilsen

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

Trenere Jenter 14 Vest
Lasse Halaas
Jörg Ackermann