

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 / IL Jardar	21.11.2022 Kl. 18:00-19:30	Combihallen	Økt 2: Skuddteknikk

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**
Emma Sjøli Fritsvold	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*
Hannah Andrea Langfoss-Bjerke	Bakspiller, venstre	Haslum IL**
Mia Mikaslen	Flerposisjonsspiller	Haslum IL**
Ina Ødegård Sør-Reime	Kantspiller, høyre	Haslum IL**
Synne Nuland	Flerposisjonsspiller	Holmen IF
Ada Moholt	Kantspiller, venstre	Jar IL
Alva Melby	Flerposisjonsspiller	Stabæk
Ingrid Solnes	Bakspiller, høyre	Stabæk*
Hedvig Yli	Flerposisjonsspiller	Jar IL
Olivia Garmann	Bakspiller, midt	Jar IL
Hannah Bay	Målvakt	Jar IL*
Jenny Øxnes	Målvakt	Jar IL**
Marie Tysnes Sukka	Bakspiller, venstre	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**
Emilia Stinessen Dahlen	Linjespiller	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 kjepler/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 22.11.2022

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