

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 4 / ØHIL	10.01.2023 Kl. 19.30-21.00	Holsehallen	Økt 4: Finteteknikk

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
Sarah strid-Johnsson	Flerposisjonsspiller	Asker skiklubb***
Julia stub sellersjø	Flerposisjonsspiller	Asker skiklubb
Maria Knap	Målvakt	Asker skiklubb
Sara dalegården Strand	Bakspiller, midt	Asker skiklubb
Ylva Lehne	Målvakt	Asker skiklubb
Elisa Gunnerød	Bakspiller, venstre	Haslum IL
Emma Sjøli Fritzvold	Bakspiller, midt	Haslum IL
Fie Stenvadet Magnussen	Linjespiller	Haslum IL
Gabriela Rogowska	Målvakt	Haslum IL
Hedda Skovli	Bakspiller, midt	Haslum IL
Mia Mikaslen	Flerposisjonsspiller	Haslum IL
Mie Sleteng Martinsen	Bakspiller, venstre	Haslum IL
Synne Nuland	Flerposisjonsspiller	Holmen IF
Hannah Bay	Målvakt	Jar IL
Hedvig Yli	Flerposisjonsspiller	Jar IL
Vilde Graver Knudsen	Bakspiller, høyre	Jar IL*
Marie Tysnes Sukka	Bakspiller, venstre	Jar IL**
Ingrid Solnes	Bakspiller, høyre	Stabæk*
Alva Melby	Flerposisjonsspiller	Stabæk
Elise Skilhagen	Bakspiller, midt	Stabæk**
Aylin Demirel Aas	Målvakt	Jardar IL
Josefine Langfeldt	Kantspiller, høyre	Jardar IL
Thea Elise Steinmoen Barski	Flerposisjonsspiller	Jardar IL
Ella Rymill Kaba	Flerposisjonsspiller	Jardar IL*** /*
Fatima Guudade	Flerposisjonsspiller	Jardar IL**
Emilia Hannisdahl	Kantspiller, høyre	Øvrevoll Hosle IL
Hedda Askeland Wagelid	Bakspiller, midt	Øvrevoll Hosle IL
Helle Rostveit	Målvakt	Øvrevoll Hosle IL
Ruth Gulliksen	Bakspiller, høyre	Øvrevoll Hosle IL
Thea Andersson Arentz	Bakspiller, venstre	Øvrevoll Hosle IL
Tiril Ødemark	Bakspiller, venstre	Øvrevoll Hosle IL

Forfall/ **Ny spiller inn /Møter om skadefri**

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 21.12.2022

Endret 11.01.2023

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