

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 Romerike Nord for spillere født i 2008

Samling nr./ arrangør klubb	Dato/Klokkeslett	Hall	Tema
Samling 5 / Gjerdrum	10.02.2023 Kl. 18.00-19.30	Gjerdrumhallen	Økt 5: Individuell forsvarsteknikk - utgruppert

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

Følgende klubber er med i gruppen J14 Romerike Nord: Eidsvoll IF, Eidsvoll Turn, Gjerdrum IL, Haga IF, Holter/Nannestad og Ull/Kisa

Innkalling av spillere til denne økten:

Navn på spiller	Spillplass	Klubb
Yaisma Sannerhaugen	Bakspiller, venstre	Eidsvold Turn
Åsne Haakstad	Flerposisjonsspiller	Eidsvold Turn*
Tuva Snilsberg	Kantspiller, venstre	Eidsvold Turn
Elena Mathea Birjovanu	Flerposisjonsspiller	Eidsvoll IF
Hedda Ekstrøm	Flerposisjonsspiller	Eidsvoll IF
Tiril Langhelle Isaksen	Flerposisjonsspiller	Eidsvoll IF
Martine Karlsen Frilseth	Linjespiller	Eidsvoll IF
Erle Engebretsen	Målvakt	Eidsvoll IF
Kajsa Elise Thu	Bakspiller	Gjerdrum IL
Leah Albertsen Aamodt	Kantspiller, venstre	Gjerdrum IL
Linnea Monsen Solberg	Linjespiller	Gjerdrum IL
Miriam Iversen Løchen	Målvakt	Gjerdrum IL
Luna Aakervik Øyan	Bakspiller, venstre	Haga IF
Selma Holmøy	Bakspiller, venstre	Haga IF*
Julie Walseth	Kantspiller, venstre	Haga IF
Emma Holmøy	Linjespiller	Haga IF
Mikaela Nettum Viken	Bakspiller, midt	Holter IF
Amanda Amundrud	Flerposisjonsspiller	Holter IF
Therese Habberstad	Bakspiller, venstre	Nannestad IL
Aurora Langfjord	Målvakt	Nannestad IL
Madelen Fjell Gjeisklid	Bakspiller, høyre	Ull/ Kisa
Casandra Håkonsen Storhagen	Bakspiller, midt	Ull/ Kisa
Emma Iversen Norbeck	Bakspiller, venstre	Ull/ Kisa
Martine Østreng	Flerposisjonsspiller	Ull/ Kisa
Jennifer Chamran	Kantspiller, høyre	Ull/ Kisa
Iselin Nyborg	Kantspiller, venstre	Ull/ Kisa
Leah Granberg	Linjespiller	Ull/ Kisa
Sofie Kvæstad	Målvakt	Ull/ Kisa

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 Tone Tveter per epost tonetveter@gmail.com eller telefon 97715415, husk kopi til regionskontoret ved Trine Sneeggen Fors per epost trine.sneeggenfors@handball.no . Merk eposten «*Forfall SPU J14 Romerike Nord*»

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 27.01.2023

Endret 13.02.2023

Med vennlig hilsen

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

Trenere Jenter 14 Romerike Nord
Tone Tveter
Keven Pedersen