

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 5 /	09.02.2023 Kl.20.00-21.30	Ekeberghallen A	Økt 5: Individuell forsvarsteknikk - utgruppert

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
Emma Linnestad	Bakspiller, midt	Bækkelaget
Isabelle Hernø Røeggen	Bakspiller, høyre	Bækkelaget
Josefine Biermann Stenseth	Flerposisjonsspiller	Bækkelaget
Martine Melcher	Bakspiller, høyre	Bækkelaget
Alma Schjenken Ullereng	Kantspiller, høyre	Kjelsås
Maria Lovise Sonerud	Bakspiller, midt	Kjelsås
Marie Lutro Allison	Flerposisjonsspiller	Kjelsås
Maya Ystenes	Målvakt	Kjelsås
Mille Weng Furuseth	Flerposisjonsspiller	Kjelsås
Elise Bergersen	Målvakt	Kolbotn IL
Mari Jensen Tunes	Flerposisjonsspiller	Kolbotn IL
Minja Savic	Linjespiller	Kolbotn IL
Sina Marie Frogner	Flerposisjonsspiller	Kolbotn IL
Victoria Santamaria	Flerposisjonsspiller	Kolbotn IL
Line Nessheim	Kantspiller, høyre	Nordstrand IF
Malin Karlsrud-josephson	Kantspiller, venstre	Nordstrand IF
Maria kolodyazhnaya	Flerposisjonsspiller	Nordstrand IF
Damanpreet Kau	Bakspiller, høyre	Øppegård*
Julie De Leon	Kantspiller, venstre	Øppegård*
Line Henriksen	Bakspiller, venstre	Oppsal
Mathilde Mørk Fossen	Flerposisjonsspiller	Oppsal
Sahar Masoodi	Målvakt	Oppsal
Tuva Cederholm	Flerposisjonsspiller	Oppsal
Arijeta Sakiri	Linjespiller	Oppsal

*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 kjegler/flatmarkører og medisinbag.



Norges
Håndballforbund
Region Øst

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 27.01.2023

Endret 09.02.2023

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