

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 Østfold for spillere født i 2009

Samling nr./ arrangør klubb	Dato/Klokkeslett	Hall	Tema
Samling 2 / Halden HF	06.11.2023 Kl. 18:00-19:30	Hjortsberghallen	Økt 2: Skuddteknikk

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

Følgende lag er med i gruppen J14 Østfold: Halden HF - Kråkerøy IL - Tindlund/Rolvsøy - Skogstrand IL - HK Rygge - Skiptvet IL – Tistedal - HK Trøgstad 97 - Tveter HK - Slitu IF - Østsiden ILF - Tune IL

Innkalling av spillere til denne økten:

Navn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Mathea Faraasen	Meling	Kantspiller, venstre	Halden HF
Milla	Andersen	Bakspiller, venstre	Halden HF
Mia	Hafstad	Bakspiller, midt	Halden HF
Kaja Ørving	Jensen	Bakspiller, midt	HK Rygge
Maiken	Jansen- Bekke	Bakspiller, høyre	HK Rygge
Gloria	Pedro	Målvakt	HK Rygge
Julie	Walseth	Målvakt	HK Trøgstad 97
Juliane	Skjønberg	Flerposisjonsspiller	HK Trøgstad 97
Hedvig Kaabbel	Flaten	Linjespiller	HK Trøgstad 97
Liv Conradi	Andersen	Linjespiller	Kråkerøy IL
Leah	Midtfjeld	Flerposisjonsspiller	Kråkerøy IL
Ulrikke	Jelsness-Jørgensen	Bakspiller, venstre	Kråkerøy IL
Thelma Wold	Orhaug	Bakspiller, venstre	Skiptvet IL
Emilie Skaar	Karlsen	Bakspiller, venstre	Skiptvet IL
Lilly	Garseg	Kantspiller, venstre	Skiptvet IL
Frida	Willadsen	Kantspiller, venstre	Skogstrand IL
Sara Søberg	Arnesen	Målvakt	Skogstrand IL
Sanna	Gulbrandsen	Flerposisjonsspiller	Skogstrand IL
Silje Linnea	Bye	Bakspiller, midt	Skogstrand IL
Isabella	Nylund	Kantspiller, høyre	Slitu IF
Selma	Bystrøm	Bakspiller, høyre	Slitu IF
Amalie	Seljegard	Linjespiller	Slitu IF
Hermine	Hovland-Johansen	Bakspiller, venstre	Tindlund/Rolvsøy
Kaja Kornelia Aurang	Ellingsen	Linjespiller	Tindlund/Rolvsøy
Alice Marie	Gundrosen	Bakspiller, høyre	Tindlund/Rolvsøy
Lerke Veim	Hjelmungen	Bakspiller, venstre	Tistedal
Emma Filippa	Vik-Lerjemark	Bakspiller, midt	Tistedal
Guro	Lind	Bakspiller, høyre	Tune IL
Una	Aleksic	Kantspiller, venstre	Tune IL
Sofie Marie Alsterberg	Larsen	Bakspiller, venstre	Tveter HK
Masa Basel	Albay	Flerposisjonsspiller	Tveter HK
Thea Marielle	Halvorsen	Kantspiller, venstre	Tveter HK

Navn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Stella	Ripel	Målvakt	Østsiden ILF
Nora Kristine	Karlsen	Flerposisjons spiller	Østsiden ILF

*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 Annelee Haagensli Sanengen per epost annelee.sanengen@gmail.com eller telefon 93896485, husk kopi til regionskontoret ved Tom Fokstuen per epost tom.fokstuen@handball.no. Merk eposten «Forfall SPU J14 Østfold»

Årsplan for samlinger:

Det legges opp til 7 SPU økter i årgangen og treningene på SPU 14 vil foregå på rundgang i de klubbene som er i samme gruppe.

Årsplan (om datoene skal endres må dette meldes ASAP til region):

Samling nr./arrangørklubb	Dato/Klokkeslett	Hall	Tema
Samling 3 / Kråkerøy IL	22.11.2023 Kl. 20:30-22:00	Blomsterøyhallen	Økt 3: Individuell Forsvarsteknikk
Samling 4 / HK Trøgstad 97	04.12.2023 Kl. 19:00-20:30	Trøgstadhallen	Økt 4: Finteteknikk
Samling 5 / HK Skogstrand IL	05.01.2024 Kl. 18:00-19:30	Kvernhuset	Økt 5: Individuell forsvarsteknikk - utgruppert
Samling 6 / Skiptvet IL	15.02.2024 Kl. 19:00-20:30	Skiptvethallen	Økt 6: Linjespill
Samling 7 / Tistedal	15.03.2024 Kl. 17.30-19.00	Tistedalshallen	Økt 7: Duellspill

Strømmen 20.10.2023

Oppdatert 03.11.2023

Med vennlig hilsen

NHF Region Øst
Tom Fokstuen
Spill og trening
Tlf. 45906571
tom.fokstuen@handball.no

Spillerutviklere for dette miljøet
Annelee Haagensli Sanengen
Guro Bråthen Hultengreen