

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 2009

Samling nr./ arrangør klubb	Dato/Klokkeslett	Hall	Tema
Samling 5 / Hvam IL	22.01.2024 Kl. 18:30-20:00	Nes Arena	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, Hurdal IL, Hvam IL og Ull/Kisa

Innkalling av spillere til denne økten:

Navn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Frida	Rustad	Flerposisjonsspiller	Eidsvold IF
Luna Marie Kirkebøen	Langaard	Flerposisjonsspiller	Eidsvold IF
Mina Margrethe Torhov	Haga	Flerposisjonsspiller	Eidsvold IF
Hillevi	Haakstad	Kantspiller, venstre	Eidsvold Turn
Kristin	Eidskrem	Bakspiller, venstre	Eidsvold Turn
Mari	Jørgensen	Linjespiller	Eidsvold Turn
Anna	Falana	Flerposisjonsspiller	Gjerdrum IL
Karoline	Uthus	Bakspiller, midt	Gjerdrum IL
Linnea Lervik	Botheim	Flerposisjonsspiller	Gjerdrum IL
Therese Moe	Landen	Linjespiller	Gjerdrum IL
Anna Matea Bekkadal	Eik	Linjespiller	Hurdal IL
Ellen Marie	Myhre	Bakspiller	Hurdal IL
Naomi	Mortensen	Målvakt	Hurdal IL
Christina Graff	Snipen	Kantspiller, venstre	Hvam IL
Elida Gladheim	Henriksen	Bakspiller, venstre	Hvam IL
Gunhild Nebbenes	Kilde	Flerposisjonsspiller	Hvam IL
Helene Fjørtoft	Finnstein	Flerposisjonsspiller	Hvam IL
Victoria	Alfheim	Målvakt	Hvam IL
Sofie Susanne	Engebretsen	Linjespiller	Ull/Kisa**
Gabriella	Aikio	Bakspiller, venstre	Ull/Kisa
Maja Jøssund	Ripe	Kantspiller, venstre	Ull/Kisa
Mia	Pigere	Bakspiller, midt	Ull/Kisa
Mikayla Josephine	Andersen	Målvakt	Ull/Kisa
Vilja Kaasin	Modalen	Flerposisjonsspiller	Ull/Kisa

**** Ny spiller inn**

Forfall

Navn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Emma	Dramstad	Flerposisjonsspiller	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 kjepler/flatmarkører og medisinbag.

Forfall:

Eventuelle meldinger om skade/sykdom eller forfall til samling skal varsles Lars Erik Aas per epost aaaslarse@gmail.com eller telefon 90917057 husk kopi til regionskontoret ved Tom Fokstuen per epost tom.fokstuen@handball.no. Merk eposten «Forfall SPU J14 Romerike Nord»

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 2 / Eidsvold Turn	27.11.2023 Kl. 19:30-21:00	Eidsvollhallen	Økt 2: Skuddteknikk
Samling 3 / Gjerdrum IL	15.12.2023 Kl. 18:00-19:30	Gjerdrum idrettshall	Økt 3: Individuell Forsvarsteknikk
Samling 4 / Hurdal IL	08.01.2024 Kl. 18:30-20:00	Hurdal idrettshall	Økt 4: Finteteknikk
Samling 5 / Hvam IL	22.01.2024 Kl. 18:30-20:00	Nes Arena	Økt 5: Individuell forsvarsteknikk - utgruppert
Samling 6 / Ull/Kisa	20.02.2024 Kl. 20:00-21:30	Algarheims hallen	Økt 6: Linjespill
Samling 7 / Eidsvoll IF	12.03.2024 Kl. 19:00-20:30	Råholt Hallen Bane 2	Økt 7: Duellspill

Strømmen 12.01.2024
Oppdatert 19.01.2024

Med vennlig hilsen

NHF Region Øst
Tom Fokstuen
Spill og trening
Tlf. 459 06 571
tom.fokstuen@handball.no

Spillerutviklere for dette miljøet
Lars Erik Aas
Henrik Sletteng-Fagerli