

INNKALLING TIL SAMLING FOR SPILLERUTVIKLING NHF REGION ØST

Innkalling til SPU samling i gruppen J14 Romerike Nord for spillere født i 2011

Samling nr./ arrangør klubb	Dato/Klokkeslett	Hall	Tema
Samling 1 / Raumnes & Årnes/Hvam	Mandag 27.10.25 Kl. 18:30-20:00	Nes Arena	Duellspill - trykk her

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

Følgende lag er med i gruppen J14 Romerike Nord (+1 spiller ekstra):

Eidsvold TF, Eidsvold IF, Holter IF, Haga IL, Hurdal IL, Raumnes & Årnes/Hvam,
Aurskog-Finstadbru SK

Klubb	Ta med antall utespillere per økt	Tar med 1 målvakt på samling
Eidsvold TF	3 + 1 utespillere	Samling: 1-2-3 (2 målvakter Samling 1)
Eidsvold IF	2 + 1 utespillere	Har ikke meldt inn målvakt
Holter IF	2 + 1 utespillere	Har ingen målvakt å sende
Haga IL	2 + 1 utespillere	Samling: 1-2-3
Raumnes & Årnes/Hvam	3 + 1 utespillere	Samling: 1-2-3
Hurdal IL	2 + 1 utespillere	Har ingen målvakt å sende
Aurskog-Finstadbru SK	2 + 1 utespillere	Har ingen målvakt å sende

Innkalling av spillere til denne økten:

Navn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Eira	Rognlien	Kantspiller, venstre	Eidsvold TF
Hedda Aurora	Eilertsen	Bakspiller	Eidsvold TF
Mali Eckhoff	Rognlien	Linjespiller	Eidsvold TF
Nathalie	Danielsen	Bakspiller, høyre	Eidsvold TF
Emilie Mellem	Stefferdud	Målvakt	Eidsvold TF
Erika Louise Johansen	Aamodt	Målvakt	Eidsvold TF
Trener melder inn spiller			Eidsvold IF
Trener melder inn spiller			Eidsvold IF
Trener melder inn spiller			Eidsvold IF
Solveig Elisabeth Herberg	Ruud	Bakspiller	Holter IF
Victoria Elisabeth Laurie	Haarberg	Kantspiller, venstre	Holter IF
Trener melder inn spiller			Holter IF
India Marië Sæther	Sofiedal		Haga IF
Maja	Amundsen		Haga IF
Celine Ruud	Amundsen	Målvakt	Haga IF
Ella Wilhelmine	Bunes	Bakspiller	Raumnes & Årnes/Hvam
Hanna Lyrstad	Thesen	Bakspiller, høyre	Raumnes & Årnes/Hvam
Live Ertsås	Skinlo	Bakspiller	Raumnes & Årnes/Hvam
Malin Stumberg	Nilsson	Bakspiller	Raumnes & Årnes/Hvam
Mie Andrea Sundet	Johnsen	Målvakt	Raumnes & Årnes/Hvam
Hermine Othilie	Rognlien	Bakspiller	Hurdal IL
Sarah Angela	Vavrincikova	Kantspiller, venstre	Hurdal IL
Trener melder inn spiller			Hurdal IL

Navn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Ylva Martine Aasberg	Edvardsen	Bakspiller	Aurskog-Finstadbru SK
Lianda Bereket	Teklesembet	Bakspiller	Aurskog-Finstadbru SK
Trener melder inn spiller			Aurskog-Finstadbru SK

***Forfall / **Ny spiller inn**

Årsplan for samlinger:

Samling nr./arrangørklubb	Dato/Klokkeslett	Hall	Tema
Samling 2 / Kommer	Kommer	Kommer	Duellspill - trykk her
Samling 3 / Kommer	Kommer	Kommer	Skudd - trykk her
Samling 4 / Kommer	Kommer	Kommer	Skudd - trykk her
Samling 5 / Kommer	Kommer	Kommer	Valg - trykk her
Samling 6 / Kommer	Kommer	Kommer	Valg - trykk her
Samling 7 / Kommer	Kommer	Kommer	Forsvarsteknikker - trykk her

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 Camilla Delet per epost camilladelet@outlook.com eller telefon 93807527, husk kopi til regionskontoret ved Tom Fokstuen per epost tom.fokstuen@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 trykke her:

[Spillerutvikling \(SPU\) 14år](#)

Strømmen 16.10.2025

Oppdatert 27.10.2025

Med vennlig hilsen

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

Spillerutviklere for dette miljøet
Camilla Delet
Kåre Olsen