



Innkalling til SPU-samling J16 på Sunnmøre

Les gjerne om SPU-samlinger generelt på handball.no under spillerutvikling.

Økt	Dato/klokkeslett	Sted	Tema
2 av 6	1.november 2022 18:30-20:00	Ulstein Arena	Individuell forsvarsteknikk

Oppmøte 15min før samling og ferdig skiftet og klar til aktivitet.

Ta med:

- Du skal stille i klubbdrakt med tall, og gjerne teip navnet ditt på brystet
- Ball og drikkeflaske
- Klister og klisterfjerne
- Annet nødvendig treningsutstyr

Eventuelle meldinger om skade/sykdom eller forfall varsles Vedrana Terzic per telefon 936 90 488. Skriv fullt navn, klubb, hvilken samling det gjelder og kort begrunnelse for forfallet. Spørsmål utenfor den aktuelle økta rettes til Victoria Koen (906 26 705) eller mail (se under).

Følgende spillere møter på oppsatt samling:

Aksla	Josefine	Longva	Bakspiller
Hødd	Ingrid	Ulstein	Bakspiller
Langevåg	Malin	Hauge	Bakspiller
Rollon	Lina Johanne Nørve	Nærø	Bakspiller
SIF/Hessa	Jannicke M	Solevågseide	Bakspiller
Spjelkavik	Paula	Haga	Bakspiller
Spjelkavik	Hedda	Engeset	Bakspiller
Volda	Maja	Sorheim	Bakspiller
Volda	Marie Helle	Saanum	Bakspiller
Ørsta	Rakel Velle	Ulvestad	Bakspiller
Langevåg	Tonje	Salen	Bakspiller
Sykkylven/Stranda	Lone Vartdal	Forberg	Bakspiller høyre
Sykkylven/Stranda	Eve Pedersen	Solberg	Bakspiller høyre
Rollon	Erica	Larsen	Bakspiller/Kantspiller
Rollon	Lisa Mari Maurstad	Kvalsvik	Bakspiller/Linjespiller
Skodje	Hanna	Jørgenvåg	Bakspiller/Linjespiller
Ørsta	Mari	Øyehaug	Kantspiller høyre
Langevåg	Nora	Molvær	Kantspiller venstre
SIF/Hessa	Alva A	Silseth	Kantspiller venstre
Volda	Vilde	Bjørneset	Kantspiller venstre
Aksla	Tiril	Gulliksen	Linjespiller
Ørsta	Nathalie	Bjerkvik	Linjespiller
Aksla	Nathalie Roald	Årseth	Målvakt
SIF/Hessa	Selma Skar	Nilssen	Målvakt
Spjelkavik	Julie Fiskerstand	Eide	Målvakt
Ørsta	Helene Hjellen	Sivertsen	Målvakt

Innrapportering spillere:

Vi er åpne for å vurdere spillere som utvikler seg i løpet av sesongen. Klubbtrener skal da sende en epost til følgende epost-adresse: victoria.koen@handball.no. Eposten skal inneholde navn på spiller samt utdypende informasjon om spillerens kvaliteter. Merk mail med «SPU16, innmelding spiller».