

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.

Denne innkallingen gjelder for samling 1.

Samlingene avholdes i:

Samling 1	11.10.2018 kl.20:00-22:00	Ekeberghallen A	Kast og mottak
-----------	---------------------------	-----------------	--------------------------------

Fremmøte 30. min før samling ferdig skiftet til treningstart.

Følgende klubber er med i gruppen J14 Sør:

Bjørndal, Bækkelaget, Hauketo, Høybråten/Stovner, Kolbotn, Nordstrand, Oppsal

Innkalling av spillere til denne økten:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Almira	Anjum	Bakspiller	Bjørndal
Varahi	Sivakumar	Bakspiller, midt	Bjørndal
Enea	Osmani	Målvakt	Bjørndal
Ida	Wall Bakken	Målvakt	Bækkelaget
Mille	Hjerpset Arvesen	Bakspiller	Bækkelaget
Emilie	Otter	Flerposisjonsspiller	Bækkelaget
*Hermine	Moen Eliassen	Bakspiller	Bækkelaget
Caroline	Biermann Stenseth	Bakspiller	Bækkelaget
Marielle	Auraha	Bakspiller	Høybråten/Stovner
Ylva	Sølvberg	Flerposisjonsspiller	Høybråten/Stovner
Emilie	Hattestad	Bakspiller, midt	Kolbotn
Victoria	Manshaus Neverdal	Bakspiller, høyre	Kolbotn
Amalie	Langholm	Bakspiller, høyre	Kolbotn
Mie	Svingeseth	Linjespiller	Kolbotn
Julie	Delmark Pedersen	Linjespiller	Nordstrand
Stella	Stedje Waagan	Flerposisjonsspiller	Nordstrand
Dina	Koperud Johnsen	Bakspiller	Nordstrand
Kristina	Bae	Målvakt	Nordstrand
Emily	Andersen	Bakspiller, midt	Oppsal
Una	Edholm Straith	Flerposisjonsspiller	Oppsal
Sofie	Lae	Bakspiller	Oppsal
Nora	Blakstad	Bakspiller	Oppsal
Hermine	Sharp	Målvakt	Oppsal

*Inn 08.10.18 grunnet forfall

Husk å ta med egen ball, klubbdrakt og drikkeflaske.

Viktig at du har en tapebit med navnet ditt synlig klistret på drakten din!

Forfall:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb	Forfall meldt
Sine	Madsen-Kaarød	Bakspiller	Bækkelaget	08.10.2018
Kaiza Emma	Kolstad	Bakspiller, venstre	Hauketo	09.10.2018
Kassandra	Sabha	Bakspiller, midt	Hauketo	09.10.2019

Uttak

På bakgrunn av antall lisensierte spillere i klubb/lag tildeles man et gitt antall plasser til de to første samlingene. Dersom klubbtrener følger spillerne til SPU-økten vil denne klubben få med seg en ekstra spiller til samlingen. *(Region Øst har satt inn en ekstra spiller per lag til de første to samlingene).*

Det er viktig at treneren melder fra til oss senest tre uker før samling nummer tre om han/hun deltar på økten og hvilken spiller han/hun tar med seg. Det er ønskelig at trener deltar aktivt i treningsøkten på gulvet sammen med SPU-trenere. Spillere som møter uten å stå på innkallingen vil bli henvist til tribunen.

Årsplan for samlinger

Årsplanen og tema for samlingene for dette SPU-miljøet finner du på vår hjemme side ved å trykke her: [Årsplan J14- Nord](#)

Selv om det er satt opp en *årsplan* med samlinger, er det ikke gitt at alle spillere som er innkalt på sist samling– er med på neste samling.

Det sendes ut ny innkalling minst to uker før samling til klubb.

Forfall til samling

Spillere som møter til samlingene skal være 100% skadefrie og kunne delta for fullt.

Forfall meldes omgående eller senest en dag før samling til Linda Guttormsen;
lindaguttormsen@hotmail.com mobil; 91123031
med kopi til Trine.SneeggenFors@handball.no.

Dersom spillere ikke møter uten å melde fra kan de miste retten til å delta videre på SPU.

Innrapportering av nye spillere

Vi er åpne for å vurdere spillere som utvikler seg i løpet av sesongen. Send da en epost til oss på følgende epost adresse: nhf.ron@handball.no

Strømmen 20.09.2018

Endret: 09.10.2018

Med vennlig hilsen

NHF Region Øst

Trine Sneeggen Fors

Spill og trening

Tlf. 91372361

Trine.SneeggenFors@handball.no

Trenere J14-Sør

Espen Næss

Linda Guttormsen