

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 Nord.
Denne innkallingen gjelder for samling 2.

Samlingene avholdes i:

Samling 2	26.10.2018 kl.18:00-20:00	Frognerhallen, bane 3 NY Bane: Frognerhallen, bane 4	Skuddteknikker
-----------	---------------------------	---	--------------------------------

Fremmøte 30. min før samling ferdig skiftet til treningstart.

Følgende klubber er med i gruppen J14 Nord:

Bjørkelangen, Borgen, Eidsvoll IF, Eidsvoll Turn, Frogner, Høland, Kløfta, Nannestad, Ull/Kisa

Innkalling av spillere til denne økten:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Hanna Østmo	Olseth	Bakspiller	Borgen IL
Tuva Lima	Borgos	Bakspiller	Borgen IL
Hannah	Havnås	Bakspiller, midt	BSF
Helene	Slorafoss	Kantspiller	BSF
Josefine	Tyrihjell	Bakspiller	BSF
Susanne	Danielsen	Målvakt	BSF
Kristine	Hosøy	Målvakt	Eidsvoll IF
Hanna	Ree Wenger	Flerposisjonsspiller	Eidsvoll Turn
Nora	Arntzen Bakken	Flerposisjonsspiller	Frogner IL
Sandra	Bjølverud	Linjespiller	Frogner IL
Silje	Andresen	Bakspiller, høyre	Høland
Synne	Gaarder	Bakspiller	Høland
Malaika	Janjua	Bakspiller	Kløfta
Thea Malene	Waage	Bakspiller, midt	Kløfta
Elise	Røtterud	Flerposisjonsspiller	Nannestad IL
Sigrid	Totlund	Bakspiller, høyre	Nannestad IL
Silje Victoria	Gundersen	Målvakt	Nannestad IL
*Selin	Kamburce	Kantspiller, venstre	Ull/Kisa
Emma	Kahn	Bakspiller	Ull/Kisa
Helene Dønnum	Veum	Bakspiller	Ull/Kisa
Kathinka	Hovde	Målvakt	Ull/Kisa
Martine	Mikkelsen	Flerposisjonsspiller	Ull/Kisa
Oda	Gjeisklid	Flerposisjonsspiller	Ull/Kisa

*Satt inn 26.10.18 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	Meldt forfall
Bessem	Madika	Flerposisjonsspiller, høyre	Eidsvoll IF	23.10.18
Faith	Akwagoh	Bakspiller, midt	Eidsvoll IF	23.10.18
Thelma	Rukke Pedersen	Bakspiller	Eidsvoll IF	23.10.18

Martine	Strandquist	Målvakt	Frogner IL	25.10.18
Ingrid Helene	Skregelid	Bakspiller	Frogner IL	25.10.18
Agnes	Kihle Hammeren	Flerposisjonspiller	Frogner IL	26.10.18
Sara	Avolio	Målvakt	Borgen IL	26.10.18
Tuva Skjedsvold	Johansen	Flerposisjonspiller	Borgen IL	26.10.18
Tuva	Holter	Flerposisjonspiller	Nannestad IL	26.10.18

Uttak

På bakgrunn av antall lisensierte 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 Tone Tveter; tonetveter@gmail.com mobil; 97715415

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 24.09.2018

Endret 26.10.2018

Med vennlig hilsen

NHF Region Øst

Trine Sneeggen Fors

Spill og trening

Tlf. 91372361

Trine.SneeggenFors@handball.no

Trenere J14-Nord

Tone Tveter

Malene D. Johansen