

## 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 Indre Østfold.  
Denne innkallingen gjelder for samling 2.

### Samlingene avholdes i:

Samling 2	05.11.2018 kl.18:30-20:30	Eidsberghallen	<a href="#">Skuddteknikker</a>
-----------	---------------------------	----------------	--------------------------------

Fremmøte 30. min før samling ferdig skiftet til treningstart.

### Følgende klubber er med i gruppen J14 Indre Østfold:

Askim, Degernes, HK Eidsberg, HK Trøgstad-97, Skiptvedt, Spydeberg, Ørje

### Innkalling av spillere til denne økten:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Bethina Caroline	Knudsen	Målvakt	Askim
Emma	Berg Jousset	Kantspiller	Askim
Marie	Kolberg	Linjespiller	Askim
Mina	Dingstad Jansen	Bakspiller	Askim
Sara Johanne	Magnussen	Bakspiller	Degernes
*Margrethe	Kjeve	Flerposisjonsspiller	Degernes
Andrea	Kolokotronis Johnsrud	Kantspiller, venstre	HK Eidsberg
Ida	Løken Aamodt	Bakspiller	HK Eidsberg
Amanda	Jorud	Bakspiller	HK Trøgstad 97
Elida	Fosser	Linjespiller	HK Trøgstad 97
Elise	Skughei	Målvakt	HK Trøgstad 97
Marie	Krog Støten	Flerposisjonsspiller	Skiptvet
Tuva Marie	Mørk	Bakspiller	Skiptvet
Vår	Frøland Johansen	Bakspiller	Skiptvet
Anna	Gustavsson	Bakspiller	Spydeberg
Emilie	Levorstad	Bakspiller, midt	Spydeberg
Helene	Pettersen	Målvakt	Spydeberg
Nora	Nilsen	Flerposisjonsspiller	Spydeberg
Hanne	Thingelstad	Målvakt	Ørje
Malin	Johannsen	Kantspiller, venstre	Ørje
Rikke	Tangen	Bakspiller, høyre	Ørje
Tuva	Fjeld	Flerposisjonsspiller	Ørje

\*Satt inn 18.09.18

Ta med egen ball, **klubbdrakt** og drikkeflaske.

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

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb	Forfall meldt
Caroline	Karlsen	Bakspiller, høyre	Askim	05.11.18
Madelen	Hømstvedt	Flerposisjonsspiller	HK Eidsberg	05.11.18
Martine K.	Johansen	Bakspiller, midt	HK Trøgstad 97	05.11.18

### Uttak

På bakgrunn av antall lisensierte spillere i klubb/lag tildeles man et gitt antall plasser til de to første samlingene etter innmelding gjort av klubbene (**I denne gruppen har kvoten blitt utvidet**). 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- Indre Østfold](#)

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 Morten Børresen;

[mobo@fredrikstad.kommune.no](mailto:mobo@fredrikstad.kommune.no) mobil; 40871191

med kopi til [Trine.SneeggenFors@handball.no](mailto: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](mailto:nhf.ron@handball.no)

**Strømmen 01.10.2018**

**Endret 05.11.2018**

Med vennlig hilsen  
NHF Region Øst

Trine Sneeggen Fors  
Spill og trening  
Tlf. 91372361  
[Trine.SneeggenFors@handball.no](mailto:Trine.SneeggenFors@handball.no)

**Trenere J14-Indre Østfold**  
Morten Børresen  
Stine Johansen