

## 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 Oslo.

Denne innkallingen gjelder for samling 2.

### Samlingene avholdes i:

Samling 2	22.10.2018 kl. 20:00-22:00(hall2030)	Ekeberghallen A	<a href="#">Skuddteknikker</a>
-----------	--------------------------------------	-----------------	--------------------------------

Fremmøte 30. min før samling ferdig skiftet til treningstart.

### **Følgende klubber er med i gruppen J14 Oslo:**

BMIL, Bøler Kjelsås, Korsvoll, Njård, Ullern, Vålerenga

### **Innkalling av spillere til denne økten:**

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Fanny	Sørheim Kleivenes	Målvakt	Bygdø Monolitten
Mathilde	Lian	Flerposisjonsspiller, høyre	Bygdø Monolitten
Frida Jørandli	Backe	Bakspiller	Bøler Håndball
Sunniva Aida Espolin	Storo	Bakspiller	Bøler Håndball
Maja Hayes	Antonsen	Flerposisjonsspiller	Bøler Håndball
Ida	Thyssen-Baki	Bakspiller, midt	Kjelsås
Klara	Saastad Haugan	Linjespiller	Kjelsås
Oda	Skar	Kantspiller, høyre	Kjelsås
Tuva	Haagensen	Kantspiller, venstre	Kjelsås
Anna Wold	Røsholt	Linjespiller	Korsvoll
Frida Jilg	Scherven	Bakspiller, midt	Korsvoll
Ingrid Kvien	Walby	Kantspiller, venstre	Korsvoll
Vilde	Midtun	Målvakt	Korsvoll
Amalie	Bråthen	Bakspiller	Njård
Grethe	Mårdalen	Målvakt	Ullern
Mille	Maier	Linjespiller	Ullern
Mina	Maier	Bakspiller, midt	Ullern
Selma	Stuedal Sjøvik	Bakspiller, venstre	Ullern
Amelia	Massaiu	Bakspiller	Vålerenga
Ingrid	Xavier Slettebakken	Venstre Bakspiller	Vålerenga
Ronja	Sparem	Linjespiller	Vålerenga
Soroya	Niyonzima	Bakspiller, høyre	Vålerenga
Thea	Gulbrandsen	Målvakt	Vålerenga

**Husk å ta med joggesko til oppvarming, 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
Grethe	Mårdalen	Målvakt	Ullern	21.10.18
Mille	Maier	Linjespiller	Ullern	21.10.18
Mina	Maier	Bakspiller, midt	Ullern	21.10.18

Selma	Stuedal Sjøvik	Bakspiller, venstre	Ullern	21.10.18
Ella	Hestnes	Flerposisjonsspiller	Bygdø Monolitten	21.10.18
Emeli	Irgens	Linjespiller	Bygdø Monolitten	21.10.18

### 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. 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- Oslo](#)

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 Wulff;

[linda.lynaas@hotmail.com](mailto:linda.lynaas@hotmail.com) mobil; 99624399

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 04.09.2018**

Endret 22.10.2018

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-Oslo**

Linda Wulff

Simen Westegaard Larsen