

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 3.

Samlingene avholdes i:

Samling 3	16.11.2018 kl.18:00-20:00	Frognerhallen, bane 3	Individuell forsvarsteknikk
-----------	---------------------------	-----------------------	---

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 Skjedsvold	Johansen	Flerposisjonsspiller	Borgen IL
Hannah	Havnås	Bakspiller, midt	BSF
Helene	Slorafoss	Kantspiller	BSF
Josefine	Tyrihjell	Bakspiller	BSF
Susanne	Danielsen	Målvakt	BSF
Kristine	Hosøy	Målvakt	Eidsvoll IF
Ingrid	Milli	Bakspiller	Eidsvoll Turn
Nora	Arntzen Bakken	Flerposisjonsspiller	Frogner IL
Sandra	Bjørverud	Linjespiller	Frogner IL
Silje	Andresen	Bakspiller, høyre	Høland
Synne	Gaarder	Bakspiller	Høland
Malaika	Janjua	Bakspiller	Kløfta
Thea Malene	Waage	Bakspiller, midt	Kløfta
Sigrid	Totlund	Bakspiller, høyre	Nannestad IL
Emma Sagen	Kahn	Bakspiller	Ull/Kisa
Helene Dønnum	Veum	Bakspiller	Ull/Kisa
Martine	Mikkelsen	Flerposisjonsspiller	Ull/Kisa
Oda	Gjeisklid	Flerposisjonsspiller	Ull/Kisa
Herime	Solvang	Målvakt	Ull/Kisa

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
Ingrid Helene	Skregelid	Bakspiller	Frogner IL	13.11.18
Tuva Lima	Borges	Bakspiller	Borgen IL	13.11.18
Lotte	Sandaker	Linjespiller	Nannestad IL	15.11.18
Kathinka	Hovde	Målvakt	Ull/Kisa	15.11.18
Selin	Kamburee	Kantspiller, venstre	Ull/Kisa	15.11.18
Sofie	Kirkeby	Flerposisjonsspiller	Frogner IL	15.11.18

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 31.10.2018

Endret 16.11.18

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