

## 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 Nedre Romerike.  
Denne innkallingen gjelder for samling 3.

### Samlingene avholdes i:

Samling 3	07.12.18 kl.18:00-20:00	Frognerhallen, Bane 3	<a href="#">Individuell forsvarsteknikk</a>
-----------	-------------------------	-----------------------	---

Fremmøte 30. min før samling ferdig skiftet til treningstart.

### **Følgende klubber er med i gruppen J14 Nedre Romerike:**

Enebakk, Fet, Lørenskog, NIK-HAK, Raumes-Årnes, Rælingen, Skedsmo, SSK Skjetten

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

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Adèle	Pettersen	Kantspiller, venstre	Enebakk
Annie	Bakke	Bakspiller, midt	Enebakk
Ida	Engen	Flerposisjonsspiller	Enebakk
Madelen Indianna	Garpe Hallø	Bakspiller	Fet IL
Maiken Sofie	Schie	Bakspiller	Fet IL
Bibi	Aandewiel	Bakspiller	Lørenskog HK
Christine	Lassen	Bakspiller	Lørenskog HK
Julie Jøsok	Holstad	Målvakt	Lørenskog HK
Leah	Storrud	Kantspiller	Lørenskog HK
Aurora Linløkken	Pettersen	Linjespiller	NIT/HAK
Ejona	Hajrizaj	Målvakt	NIT/HAK
Karoline	Espe	Bakspiller, høyre	NIT/HAK
Thea	Kyvåg	Flerposisjonsspiller	NIT/HAK
Ine Marie	Blådammen	Målvakt	Raumens & Årnes IL
Lene	Olsen	Bakspiller	Raumens & Årnes IL
Martyna	Pona	Linjespiller	Raumens & Årnes IL
Tuva	Kårstad	Bakspiller	Raumens & Årnes IL
Karoline	Lid	Bakspiller	Skedsmo HK
Maren	Karlstad	Kantspiller	Skedsmo HK
Maya	Kristiansen	Bakspiller	Skedsmo HK
Niv Madelen	Johansson	Målvakt	Skedsmo HK
Emmanuella	Amoateng	Flerposisjonsspiller	SSK Skjetten
Linn	Hua	Bakspiller	SSK Skjetten
Marte*	Knutsen	Bakspiller	SSK Skjetten
Sarah	Godtliebsen	Målvakt	SSK Skjetten

\*Satt inn 07.12.18 grunnet forfall

**Husk å ta med egen ball, klubbdrakt og drikkeflaske.**

**Viktig at du har en tapebit med navnet ditt synlig påklisset t-skjorten din!**

### Forfall

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb	Forfall meldt
Emilie	Winnen	Bakspiller, høyre	NIT/HAK	06.12.18
Julie	Hjemsæther	Linjespiller	SSK Skjetten	07.12.18
Ina Rødningsby	Halm	Bakspiller, venstre	Rælingen HK	07.12.18
Kalina	Brattbø	Bakspiller, midt	Rælingen HK	07.12.18
Marie	Breiby	Linjespiller	Rælingen HK	07.12.18

### Årsplan for samlinger

Årsplanen og tema for samlingene for dette SPU-miljøet finner du på vår hjemme side ved å trykke her: [Årsplan J14- Nedre Romerike](#)  
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 Elisabeth Nygård;  
[elisabeth\\_nygaard@hotmail.com](mailto:elisabeth_nygaard@hotmail.com) mobil; 95966535  
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 23.11.2018**

**Endret 07.12.2018**

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-Nedre Romerike

Lars Sonerud  
Elisabeth Nygaard