

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 3.

Samlingene avholdes i:

Samling 2	10.12.2018 kl. 18:30-20:30(hall1900)	Ekeberghallen A	Individuell forsvarsteknikk
-----------	--------------------------------------	-----------------	---

Fremmøte 15. 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
Frida Jørandli	Backe	Bakspiller	Bøler Håndball
Sunniva Aida Espolin	Storo	Bakspiller	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
Marie	Fahre	Bakspiller, venstre	Korsvoll
Amalie	Bråthen	Bakspiller	Njård
Jeanne	Gerard	Bakspiller	Njård
Grethe	Mårdalen	Målvakt	Ullern
Mille	Maier	Linjespiller	Ullern
Mina	Maier	Bakspiller, midt	Ullern
Selma Stuedal	Sjøvik	Bakspiller, venstre	Ullern
Frida	Lødøen	Bakspiller, midt	Vestby
Mina	Gulbrandsen	Bakspiller	Vestby
Vida	Hermansen	Linjespiller	Vestby
Amelia	Massaiu	Bakspiller	Vålerenga
Ronja	Spærem	Linjespiller	Vålerenga
Thea	Gulbrandsen	Målvakt	Vålerenga
Yassmin	Zlailouh	Bakspiller	Vålerenga
Mihar *	Saqib	Flerposisjonsspiller, høyre	Vålerenga

*Satt inn 10.12 grunnet forfall

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
Ingrid Xavier	Slettebakken	Bakspiller, venstre	Vålerenga	09.12.18
Fanny Sorheim	Kleivenes	Målvakt	Bygdø Monolitten	10.12.18

Felicia Elisabeth Andreasdøtter	Skogrand	Flerposisjons spiller, venstre	Bygdø Monolitten	10.12.18
Thale Celin	Skogstad	Flerposisjons spiller	Bygdø Monolitten	10.12.18
Mia Marie	Smith	Kantspiller	Vestby	10.12.18
Melissa	Mjaaberg	Målvakt	Kjelsås	10.12.18

Årsplan for samlinger

Årsplanen og tema for samlingene for dette SPU-miljøet finner du på vår hjemme side ved å trykke her: [Årsplan J14- 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 mobil; 99624399
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 26.11.2018

Endret 10.12.2018

Med vennlig hilsen
NHF Region Øst
Trine Sneeggen Fors
Spill og trening
Tlf. 91372361
Trine.SneeggenFors@handball.no

Trenere J14-Oslo
Linda Wulff
Simen Westegaard Larsen