

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 Østfold Nord.

Denne innkallingen gjelder for samling 3.

Samlingene avholdes i:

Samling 3	19.11.18 kl.20:00-22:00	Gaustadhallen	Individuell forsvarsteknikk
-----------	-------------------------	---------------	---

Fremmøte 30. min før samling ferdig skiftet til treningstart.

Følgende klubber er med i gruppen J14 Østfold Nord:

Gresvik, HK Herulf Moss, Lervik, Sarpsborg, Son, Tune, Tvetter

Innkalling av spillere til denne økten:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Alena	Bunes Johansen	kantspiller, høyre	Gresvik IF
Emma Aleksandra	Finsrud	Bakspiller	Gresvik IF
Celine	Sperlin Olsen	Bakspiller	Gresvik IF
Karoline	Hansen	Flerposisjonsspiller	HK Herulf Moss
Marte	Krokdal	Målvakt	HK Herulf Moss
Nora	Hjelkrem	Flerposisjonsspiller	HK Herulf Moss
Sara	Roelofsen	Bakspiller	HK Herulf Moss
Elina Bernås	Sundvall	Bakspiller	Lervik IF
Nora	Five	Bakspiller, høyre	Lervik IF
Synne	Håland	Bakspiller	Lervik IF
Maria	Kaugerud Pettersen	Flerposisjonsspiller	Sarpsborg IL
Marthe	Kraft Johannessen	Bakspiller	Sarpsborg IL
Sarah	Mathisen	Målvakt	Sarpsborg IL
Tyra	Fjellvang	Linjespiller	Sarpsborg IL
Andrea	Haraldsen	Bakspiller, venstre	Son
Mia	Rusaas Hedmann	Kantspiller, venstre	Son
Nora	Nybjerken Haug	Linjespiller	Son
Thea Louise	Mølle	Målvakt	Son
Charlotte	Svartedal	Målvakt	Tune IL
Emma Linnea	Bøe Skarpnord	Bakspiller	Tune IL
Leah	Solbrekke	Flerposisjonsspiller	Tune IL
Mina	Titlestad	Bakspiller	Tune IL
Emma	B. Normann	Linjespiller	Tvetter HK
Sarah	H. Hansen	Bakspiller, midt	Tvetter HK
Silje Marie	Haglund	Målvakt	Tvetter HK
Synne	J.L. Eriksen	Bakspiller	Tvetter HK

Husk å ta med egen ball, klubbdrakt og drikkeflaske.

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

Årsplan for samlinger

Årsplanen og tema for samlingene for dette SPU-miljøet finner du på vår hjemme side ved å trykke her: [Årsplan J14- Østfold 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 Jon Runar Pettersen;
jon.pettersen@europis.no mobil; 90938090
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 følgene epost adresse: nhf.ron@handball.no

Strømmen 31.10.2018

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

Trenere J14-Østfold Nord
Cecilie Jensen
Jon Runar Pettersen