

## 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 4.

### Samlingene avholdes i:

Samling 4	14.01.2019 kl. 20:00-22:00(hall20:30)	Ekeberghallen A	<a href="#">Finteteknikk</a>
-----------	---------------------------------------	-----------------	------------------------------

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
Felicia Elisabeth Andreasdotter	Skogrand	Flerposisjonsspiller, venstre	Bygdø Monolitten
Thale Celin	Skogstad	Flerposisjonsspiller	Bygdø Monolitten
Anna Emilie Flohr*	Bredlien	Målvakt	Bøler Håndball
Frida Jørandli	Backe	Bakspiller	Bøler Håndball
Sunniva Aida Espolin	Storo	Bakspiller	Bøler Håndball
Ida	Thysse-Baki	Bakspiller, midt	Kjelsås
Klara	Saastad Haugan	Linjespiller	Kjelsås
Melissa	Mjaaberg	Målvakt	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
Henny	Ramm Holst-Hansen	Målvakt	Njård
Jeanne	Gerard	Bakspiller	Njård
Mille	Maier	Linjespiller	Ullern
Mina	Maier	Bakspiller, midt	Ullern
Frida	Lødøen	Bakspiller, midt	Vestby
Mina	Gulbrandsen	Bakspiller	Vestby
Vida	Hermansen	Linjespiller	Vestby
Ingrid	Xavier Slettebakken	Bakspiller, venstre	Vålerenga
Lea **	Hollinghold	Kantspiller, venstre	Vålerenga
Mihar	Saqib	Flerposisjonsspiller, høyre	Vålerenga
Ronja	Sparem	Linjespiller	Vålerenga
Thea	Gulbrandsen	Målvakt	Vålerenga

\* Satt inn ekstra 02.01.2019

\*\* Satt inn 14.01.2019

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	22.12.18
Mia Marie	Smith	Kantspiller	Vestby	13.01.19
Selma	Stuedal Sjøvik	Bakspiller, venstre	Ullern	13.01.19
Amelia	Massaiu	Bakspiller	Vålerenga	13.01.19
Yassmin	Zlailouh	Bakspiller	Vålerenga	14.01.19

#### 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 20.12.2018**

**Endret 14.01.2019**

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