

## 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.  
Denne innkallingen gjelder for samling 5.

### Samlingene avholdes i:

Samling 5	13.02.19 kl. 20:00-22:00	Kvernhusshallen	<a href="#">Sperreteknikk</a>
-----------	--------------------------	-----------------	-------------------------------

Fremmøte 15. min før samling ferdig skiftet til treningstart.

### Følgende klubber er med i gruppen J14 Østfold:

Halden, Hvaler, Kråkerøy, Lisleby, Skogstrand, Tindlund, Tistedal, Østsiden

### Innkalling av spillere til denne økten:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Emilie	Wibe	Bakspiller	Halden
Sofie	Wold	Bakspiller	Halden
Synnøve	Edvardsen	Bakspiller	Halden
Julia	Bjørke	Bakspiller	Hvaler
Emma	Buer	Målvakt	Kråkerøy
Harrieth	Nordrum	Bakspiller	Kråkerøy
Hennie	Sveen	Bakspiller, midt	Kråkerøy
Kaja	Søberg Arnesen	Målvakt	Kråkerøy
Sigrid	Nyland Grønvik	Bakspiller, høyre	Kråkerøy
Synne	Løland	Bakspiller, venstre	Kråkerøy
Catira Marie*	Eldor Enghaugen	Venstre bakspiller	Lisleby
Henriette	Leister	Målvakt	Skogstrand
Kaja Marie	Grønneberg	Flerposisjonsspiller	Skogstrand
Ine	Johnsen	Flerposisjonsspiller	Tindlund
Konstanse	Stang	Bakspiller, midt	Tindlund
Madelen	Ramberg	Bakspiller, høyre	Tindlund
Tuva	Røste	Målvakt	Tindlund
Jessica	Gunther	Linjespiller	Tindlund
Sara	Lauritzen	Bakspiller	Tistedal
Amalie	Løkkeberg	Bakspiller	Østsiden
Katrine	Samuelsen	Bakspiller	Østsiden
Nadine	Ahmad	Bakspiller	Østsiden
Thea	Hansen	Kantspiller, venstre	Østsiden

\* Satt inn 12.01.19

**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
Tiril	P. Blekken	Bakspiller, høyre	Lisleby	11.02.19

### Årsplan for samlinger

Årsplanen og tema for samlingene for dette SPU-miljøet finner du på vår hjemme side ved å trykke her: [Årsplan J14- Østfold](#)

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 Espen Hovelsen;

[espen@hovelsen.no](mailto:espen@hovelsen.no) mobil; 91352715

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 28.01.2019**

**Endret 12.02.2019**

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-Østfold**

Eva Malmstrøm

Espen Hovelsen

Morten Børresen

Vikar: