

## 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 Sør.  
Denne innkallingen gjelder for samling 5.

### Samlingene avholdes i:

Samling 5	21.03.2018 kl.20:00-22:00	Ekeberghallen A	<a href="#">Sperreteknikk</a>
-----------	---------------------------	-----------------	-------------------------------

Fremmøte 15. min før samling ferdig skiftet til treningstart.

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

Bjørndal, Bækkelaget, Kolbotn, Nordstrand, Oppsal

### Innkalling av spillere til denne økten:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Varahi	Sivakumar	Bakspiller, midt	Bjørndal
Aslaug	Stavrum	Kantspiller	Bækkelaget
Caroline	Biermann Stenseth	Bakspiller	Bækkelaget
Ida	Wall Bakken	Målvakt	Bækkelaget
Malin	Eik	Kantspiller	Bækkelaget
Mille	Hjerpset Arvesen	Bakspiller	Bækkelaget
Sine	Madsen-Kaarød	Bakspiller	Bækkelaget
Thea	Natvik	Målvakt	Bækkelaget
Amalie *	Langholm	Bakspiller, høyre	Kolbotn
Emilie	Hattestad	Bakspiller, midt	Kolbotn
Frida	Lilleaas	Målvakt	Kolbotn
Nora	Ljung	Linjespiller	Kolbotn
Teoline	D. Gjersrud	Bakspiller, midt	Kolbotn
Thea	Dahl	Kantspiller, venstre	Kolbotn
Victoria	Manshaus Neverdal	Bakspiller, høyre	Kolbotn
Julia	Gjerdene	Flerposisjonsspiller	Nordstrand
Julie	Delmark Pedersen	Linjespiller	Nordstrand
Mai Emilie	Johnsen Tresselt	Flerposisjonsspiller	Nordstrand
Emily	Andersen	Bakspiller, midt	Oppsal
Hermine	Sharp	Målvakt	Oppsal
Nora	Blakstad	Bakspiller	Oppsal
Sofie	Lae	Bakspiller	Oppsal
Stella	Stedje Waagan	Flerposisjonsspiller	Oppsal
Una	Edholm Straith	Flerposisjonsspiller	Oppsal

\* Satt inn 21.03.19 grunnet forfall. Vi utvider grunnet forfall max. kvoten til et lag.

**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
Synne	Lien Arvesen	Flerposisjonsspiller	Nordstrand	20.03.19

### Årsplan for samlinger

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

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 Guttormsen;

[lindaguttormsen@hotmail.com](mailto:lindaguttormsen@hotmail.com) mobil; 91123031

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 07.03.2019**

**Endret 21.03.2019**

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-Sør**

Espen Næss

Linda Guttormsen