

## 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 Vest.

Denne innkallingen gjelder for samling 5.

### Samlingene avholdes i:

Samling 5	05.02.19 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 Vest:

Asker, Haslum, Jar, Jardar, Lommedalen, Øvrevoll Holve

### Innkalling av spillere til denne økten:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Johanne	Hovde Helgesen	Linjespiller	Asker
Sonja	Sunde	Kantspiller, venstre	Asker
Lina	Longva Eriksen	Bakspiller	Haslum IL
Louise	Tesaker Eide	Kantspiller, venstre	Haslum IL
Nicoline	Jullustrøm	Flerposisjonsspiller, høyre	Haslum IL
Nora	Horni Gløersen	Linjespiller	Haslum IL
Emma	Marsdal	Linjespiller	Jar
Martine*	Teigen	Flerposisjonsspiller	Jar
Susanne	Torhaug	Bakspiller	Jar
Hanne	Ugland	Bakspiller	Jar
Arina**	Nami	Bakspiller	Jardar
Nadja	Graf	Bakspiller	Jardar
Natalie Bredesen	Lome	Linjespiller	Jardar
Sara	Bergsland	Bakspiller	Jardar
Malena	Jørgensen	Bakspiller	Lommedalens IL
Malene	Engh	Bakspiller	Lommedalens IL
Vilde	Rønhovde	Flerposisjonsspiller, høyre	Lommedalens IL
Hedda	Feltman	Målvakt	Øvrevoll Hosle
Henriette	Jansch	Bakspiller	Øvrevoll Hosle
Line	Schei	Linjespiller	Øvrevoll Hosle
Thea	Breyholst	Bakspiller, midt	Øvrevoll Hosle
Tilde	Grønvold	Bakspiller	Øvrevoll Hosle
Tina	Vidnes	Kantspiller, venstre	Øvrevoll Hosle

\* Satt inn 28.01.19 \*\*Satt inn 05.02.19

Husk å ta med egen ball, klubbdrakt og drikkeflaske.

Viktig at du har en tapebit med navnet ditt synlig påklisset t-skjorten din!

### Forfall

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb	Forfall meldt
Charlotte	Berge	Linjespiller	Asker	21.01.19
Marie	Langås	Bakspiller	Jar	28.01.19
Ameli	Goiziou-Andersen	Målvakt	Haslum IL	31.01.19
Kaja	Rolfsen	Linjespiller	Jar	05.01.19
Alketa	Basholli	Målvakt	Jardar	05.01.19
Jenny	Wilt	Målvakt	Jar	05.01.19

### Årsplan for samlinger

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

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 Bente Lunke Norum;

[Bente@invidia.no](mailto:Bente@invidia.no) mobil; 99790168

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 21.01.2019**

**Endret 06.02.2019**

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-Vest**

Janne Tuven

Bente Lunke Norum