

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 Follo.
Denne innkallingen gjelder for samling 7.

Samlingene avholdes i:

Samling 7	06.05.2019 kl.20:00-22:00 (hall20:30)	Ekeberghallen A	Overgang og pådragspill
-----------	---------------------------------------	-----------------	---

Fremmøte 15. min før samling ferdig skiftet til treningstart.

Følgende klubber er med i gruppen J14 Follo:

Drøbak/Frogn, Langhus, Nordby, Ski

Innkalling av spillere til denne økten:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Marie	Skog	Bakspiller	Drøbak/Frogn
Erle	Aas Marthinsen	Bakspiller, midt	Drøbak/Frogn
Emma	Moberg Myhre	Linjespiller	Drøbak/Frogn
Hermine	Hordvik	Målvakt	Drøbak/Frogn
Emma	Egge Edner	Flerposisjonsspiller	Langhus IL
Emile	Moe Bergskaug	Flerposisjonsspiller	Langhus IL
Amalie Tidemandsen	Haram	Kantspiller, høyre	Langhus IL
Vibeke	Thorstensen	Kantspiller, venstre	Langhus IL
Sofie	Bue	Linjespiller	Langhus IL
Thea	Thun	Målvakt	Langhus IL
Katja Isabell	Grongstad	Bakspiller	Nordby
Kristiane	Amundsen	Bakspiller	Nordby
Cathinka	Aakermann	Flerposisjonsspiller	Nordby
Emiliana	Hillmarsdottir	Flerposisjonsspiller	Nordby
Kari	Stoltenberg	Linjespiller	Nordby
Sandra Hansen	Ulvik	Bakspiller	Ski IL Håndball
Selma	Paulsrud	Bakspiller	Ski IL Håndball
Amalie	Sundberg	Flerposisjonsspiller	Ski IL Håndball
Maria	Mikaelsen	Linjespiller	Ski IL Håndball
Anette*	Rusten	Linjespiller	Ski IL Håndball
Helena	Selvik	Målvakt	Ski IL Håndball
Tiril	Bjørnevoll Trosdahl	Målvakt	Ski IL Håndball

* Etterinnkalt 29.04.19

**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 mottatt
Pernille Skonnord	Hansen	Bakspiller	Ski IL Håndball	28.04.19
Emma	Lønn	Bakspiller, midt	Langhus IL	06.05.19-syk

Årsplan for samlinger

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

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 Simen Westgård Larsen; simenwllarsen@hotmail.com mobil; 93878584 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 følgende epost adresse: nhf.ron@handball.no

Strømmen 12.04.2019

Endret 06.05.2019

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

Trenere J14-Follo

Jörg Ackermann
Simen Westegaard Larsen