

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 Indre Østfold.
Denne innkallingen gjelder for samling 7.

Samlingene avholdes i:

AVLYST -Samling 7	08.04.19 kl.18:30-20:30	Eidsberghallen	<u>Overgang og pådragspill</u>
--------------------------	--------------------------------	-----------------------	---------------------------------------

Grunnet mye forfall avlyses denne samlingen!

Følgende klubber er med i gruppen J14 Indre Østfold:

Askim, Degernes, HK Eidsberg, HK Trøgstad-97, Skiptvedt, Spydeberg, Ørje

Innkalling av spillere til denne økten:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Mina	Dingstad Jansen	Bakspiller	Askim
Bethina Caroline	Knudsen	Målvakt	Askim
Madelen	Homstvedt	Flerposisjonsspiller	HK Eidsberg
Tuva Marie	Mørk	Bakspiller	Skiptvet
Vår	Frøland Johansen	Bakspiller	Skiptvet
Pernille *	Antonsen	Flerposisjonsspiller, venstre	Skiptvet
Jenny	Ødegård	Kantspiller, høyre	Skiptvet
Monique	Oshaug	Kantspiller, venstre	Skiptvet
Emilie	Levorstad	Bakspiller, midt	Spydeberg
Helene	Pettersen	Målvakt	Spydeberg

* Etter innkalles 08.04.19

Ta med egen ball, klubbdrakt og drikkeflaske.

Viktig at du har en tapebit med navnet ditt synlig klistret på drakten din!

Kalles ikke inn grunnet obligatorisk skole

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Marie	Krog Støten	Flerposisjonsspiller	Skiptvet

Forfall

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb	Forfall meldt
Ida	Løken Aamodt	Bakspiller	HK Eidsberg	27.03.19- obligatorisk skole
Amanda	Jorud	Bakspiller	HK Trøgstad 97	03.04.19
Josefine L.	Ekeberg	Bakspiller	HK Trøgstad 97	03.04.19
Karoline	Hagelund	Bakspiller	HK Trøgstad 97	03.04.19
Sara Johanne	Magnussen	Bakspiller	Degernes	05.04.19
Ingrid	Hagelund Stenstrøm	Bakspiller, høyre	Degernes	05.04.19

Margrethe	Kjeve	Flerposisjonsspiller	Degernes	05.04.19
Rikke	Tangen	Bakspiller, høyre	Ørje	07.04.19
Alexandra	Olsson	Flerposisjonsspiller	Ørje	07.04.19
Hanne	Thingelstad	Målvakt	Ørje	07.04.19
Caroline	Karlsen	Bakspiller, høyre	Skiptvet	07.04.19-skadet
Emma	Berg Jousset	Kantspiller	Askim	08.04.19-syk
Marie	Kolberg	Linjespiller	Askim	08.04.19-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- Indre 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 Morten Børresen;
mobo@fredrikstad.kommune.no mobil; 40871191
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 22.03.2019

Endret 08.04.2019

Med vennlig hilsen
NHF Region Øst

Trine Sneeggen Fors
Spill og trening
Tlf. 91372361
Trine.SneeggenFors@handball.no

Trenere J14-Indre Østfold
Morten Børresen
Stine Johansen