

## 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 Øst.

Denne innkallingen gjelder for samling 7.

### Samlingene avholdes i:

Samling 7	10.05.2019 kl. 18:00-20:00	Frogner hallen, Bane 3	<a href="#">Overgang og pådragspill</a>
-----------	----------------------------	------------------------	-----------------------------------------

Fremmøte 15. min før samling!

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

Ammerud, Ellingsrud/Furuset, Fjellhammer, Lillestrøm HK, Linderud, Vestli

### Innkalling av spillere til denne økten:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Marion Elisabeth	Bergesen Reinhold	Kantspiller, venstre	Ammerud
Bibi	Aandewiel	Bakspiller	Ellingsrud/Furuset
Dina	Zagragja	Kantspiller, høyre	Ellingsrud/Furuset
Ea Louise	Steinberg	Kantspiller, venstre	Ellingsrud/Furuset
Emma Celine	Grøndahl	Målvakt	Ellingsrud/Furuset
Ida*	Korslund	Bakspiller	Ellingsrud/Furuset
Martine	Lund	Bakspiller, midt	Ellingsrud/Furuset
Erle	Holmen Vangen	Bakspiller, venstre	Fjellhammer
Ishmeet	Kaur	Målvakt	Fjellhammer
Leah	Ratvik Berger	Flerposisjonsspiller	Fjellhammer
Marthe	Bjørnson Ulvåknippa	Bakspiller, midt	Fjellhammer
Amalie	Martinsen Raadim	Kantspiller, venstre	Lillestrøm
Julie	Karlsrud	Bakspiller	Lillestrøm
Liv	Melheim	Bakspiller, midt	Lillestrøm
Mia	Horn	Målvakt	Lillestrøm
Oline	Brune Skorgevik	Bakspiller	Lillestrøm

\* Satt inn 09.05.2019 – kvote utvides grunnet forfall i gruppen

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
Emilie Christina	Sande	Flerposisjonsspiller	Ammerud	09.05.2019
Mina	Fjeldstad	Linjespiller	Ellingsrud/Furuset	09.05.2019
Mia	Engevoold	Kantspiller, venstre	Fjellhammer	10.05.2019
Silje	Gjendem	Bakspiller	Vestli IL	10.05.2019
Thea	Stürtzel	Linjespiller	Vestli IL	10.05.2019
Sandra	Ugulen Andresen	Linjespiller	Ammerud	10.05.2019
Nora	Fajfric	Bakspiller	Ellingsrud/Furuset	10.05.2019
Mina Sofie	Heder Pettersen	Kantspiller	Lillestrøm	10.05.2019
Hatema	Lokaj	Bakspiller	Linderud	IM
Mina	Kjørsvik	Flerposisjonsspiller	Linderud	IM
Tuva	Midtbøen	Målvakt	Linderud	IM

### Årsplan for samlinger

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

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 Mauro Carvajal;

[mauro.carvajal@multinett.no](mailto:mauro.carvajal@multinett.no) mobil; 91373238

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 følgene epost adresse: [nhf.ron@handball.no](mailto:nhf.ron@handball.no)

**Strømmen 25.04.2019**

**Endret 14.05.2019**

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-Øst**

Kåre Olsen

Mauro Carvajal