

INNKALLING TIL SAMLING FOR SPILLERUTVIKLING NHF REGION ØST.

Du er en av de som er plukket ut til å være med på samling for J14 Østfold

Samling	Dato og tid	Hall	Tema
Samling 1	25.10.2019 Kl: 19:00-21:00	Blomsterøyhallen	Kast og mottak
Samling 2	15.11.2019 Kl: 19:00-21:00	Blomsterøyhallen	Skuddteknikker

Fremmøte 30. min før samling ferdig skiftet.

Følgende spillere innkalles:

Fornavn	Etternavn	Posisjon	Klubbnavn spiller
Magdele	Sandtrø	Bakspiller, Høyre	Halden
Karoline	Ebeltoft	Kantspiller, Venstre	Halden
Hermine Larsdatter	Hansen	Bakspiller	Halden
Ingrid	Solli Borge	Bakspiller	Halden
Zara Johnsson	Solberg	Bakspiller	Kråkerøy
Adele	Resberg	Høyre bakspiller	Kråkerøy
Linn	Kempinger	Bakspiller	Kråkerøy
Christine	Linnerud	Kantspiller	Kråkerøy
Mina Øistad	Olsen	Målvakt	Kråkerøy
Mia	Njosen	Bakspiller	Lervik IF
Maja	Johansen	Bakspiller	Lervik IF
Vilde	Magnussen	Flerposisjonsspiller	Lervik IF
Aurona	Selimi	Målvakt	Lisleby
Adine	Fjørtoft Karlstad	Bakspiller	Lisleby
Alexandra	Z. Nilsen	Bakspiller	Lisleby
Bleona	Selimi	Linjespiller	Lisleby
Cornelia	Johannessen	Bakspiller, Midt	Rolvsøy IF
Ingrid- Elise	Veum	Bakspiller	Rolvsøy IF
Anna	Nilsen	Bakspiller	Rolvsøy IF
Malin	Lund	Bakspiller, Venstre	Rolvsøy IF
Jasmine	Ryden	Målvakt	Rolvsøy IF
Natalie	Skauen	Bakspiller	Østsiden
Nora	Risberg	Bakspiller	Østsiden
Silje Hallgreen	Philipps	Kantspiller	Skogstrand
Mia	Tjønn	Bakspiller	Skogstrand
Emma-Marie	Bothne	Bakspiller	Skogstrand

**Husk å ta med egen ball, klubbdrakt og drikkeflaske.
Alle trenere oppfordres til å møte på samlingen!**

**Innkallingene går til klubber som må sørge for at spillere får beskjed.
Klubbene må påse at spillere i egen klubb har fått beskjed!**

Selv om det er satt opp en halvårsplan 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 min. 2 uker før samling.

Bespising

Alle spillerne må ha med seg matpakke og frukt selv. Det er viktig at alle har med seg dette for å kunne yte bra innsats også på den andre økten!

Årsplan for samlinger

Her er årsplanen for samlingene for dette regionale miljøet;

Samling	Dato og tid	Hall	Tema
Samling 1	25.10.2019 Kl: 19:00-21:00	Blomsterøyhallen	Kast og mottak
Samling 2	15.11.2019 Kl: 19:00-21:00	Blomsterøyhallen	Skuddteknikker
Samling 3	06.12.2019 Kl: 19:00-21:00	Blomsterøyhallen	Individuell forsvarsteknikk
Samling 4	24.01.2020 Kl: 19:00-21:00	Degerneshallen	Finteteknikk
Samling 5	07.02.2020 Kl: 19:00-21:00	Degerneshallen	Sperreteknikk
Samling 6	27.03.2020 Kl: 19:00-21:00	Degerneshallen	Duellspill
Samling 7	17.04.2020 Kl: 19:00-21:00	Degerneshallen	Overgang og pådragsspill

Forfall meldes omgående eller senest en dag før samling til:

Eirik Haugdal eirikhaugdal@outlook.com Mob: 95816893
eller tom.fokstuen@handball.no

Innrapportering av nye spillere

Vi er åpne for å vurdere spillere som utvikler seg i løpet av sesongen. Send en mail til eirikhaugdal@outlook.com med en video, så vil det bli vurdert om spilleren skal kalles inn.

Strømmen 11.11.2019

Med vennlig hilsen

NHF Region Øst

Tom Fokstuen

Spill og trening

459 06 571

tom.fokstuen@handball.no

Eirik Haugdal

(trener)

Eva Malmstrøm

(trener)