

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 5	07.02.2020 Kl: 19:00-21:00	Blomsterøyhallen	Sperreteknikk

Fremmøte 30. min før samling ferdig skiftet.

Følgende spillere innkalles:

Fornavn	Etternavn	Posisjon	Klubbnavn spiller
Julie	Bjerrum-Meusburger	Målvakt	Halden
Magdele	Sandtrø	Bakspiller, Høyre	Halden
Karoline	Ebeltoft	Kantspiller, Venstre	Halden
Hermine Larsdatter	Hansen	Bakspiller	Halden
Ingrid	Solli Borge	Bakspiller	Halden
Elise	Trapness	Linjespiller	Kråkerøy
Thelma	Aardalen	Bakspiller	Kråkerøy
Zara Johnsson	Solberg	Bakspiller	Kråkerøy
Adele	Resberg	Høyre bakspiller	Kråkerøy
Linn	Kempinger	Bakspiller	Kråkerøy
Christine	Linnerud	Kantspiller	Kråkerøy
Marie	Bjrhult	Målvakt	Kråkerøy
Mia	Njøsen	Bakspiller	Lervik IF
Maja	Johansen	Bakspiller	Lervik IF
Vilde	Magnussen	Flerposisjonsspiller	Lervik IF
Hedda	Vigger Svensen	Bakspiller	Lisleby
Alexandra	Z. Nilsen	Bakspiller	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
Silje Hallgreen	Philipps	Kantspiller	Skogstrand
Nora	Risberg	Bakspiller	Østsiden
Linn Xia Lincas	Svendsen	Flerposisjonsspiller	Østsiden

**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 på økten!

Årsplan for samlinger

Her er årsplanen for samlingene for dette 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	Blomsterøyhallen	Finteteknikk
Samling 5	07.02.2020 Kl: 19:00-21:00	Blomsterøyhallen	Sperreteknikk
Samling 6	27.03.2020 Kl: 19:00-21:00	Blomsterøyhallen	Duellspill
Samling 7	17.04.2020 Kl: 19:00-21:00	Blomsterøyhallen	Overgang og pådragsspill

Forfall meldes omgående eller senest en dag før samling til:

Eva Malmstrøm Eva Malmstrøm eva@evamalmstrom.no Mob: 93251572

Innrapportering av nye spillere

Vi er åpne for å vurdere spillere som utvikler seg i løpet av sesongen. Send en mail til eva@evamalmstrom.no , så vil det bli vurdert om spilleren skal kalles inn.

Strømmen 29.01.2020

Med vennlig hilsen

NHF Region Øst

Tom Fokstuen

Spill og trening

459 06 571

tom.fokstuen@handball.no

Eva Malmstrøm

(trener)

Andrea Rønning

(trener)