

## 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 3	16.02.2022 Kl: 19:30-21:00	Kvernhuset	<a href="#">Individuell forsvarsteknikk</a>

**Fremmøte 30. min før samling ferdig skiftet.**

**Følgende spillere innkalles:**

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Victoria	Bjørnseth	Bakspiller, venstre	Gresvik IF
Isabel Juliussen	Bråthen	Bakspiller, midt	Halden HF
Sara Kristine	Bøe-Pedersen	Linjespiller	Kråkerøy IL
Inez	Ellefsen	Bakspiller, høyre	Lisleby FK
Eline	Eskild	Bakspiller, midt	Kråkerøy IL
Madelen Elisabeth	Grønberg	Målvakt	Østsiden IL
Julie	Hals	Bakspiller, venstre	Kråkerøy IL
Johanne Haugli	Hansen	Målvakt	Lisleby FK
Aulona	Hasani	Kantspiller, venstre	Torp IF
Emma Lykke	Hovind-Korsæth	Linjespiller	Halden HF
Sofie	Iversen	Bakspiller, venstre	Lisleby FK*
Amalie Megaard	Jacobsen	Bakspiller, høyre	Kråkerøy IL
Silje Victoria	Juliussen	Målvakt	Lervik IF
Mia Elise Arneberg	Kolås	Flerposisjonsspiller	Halden HF
Emma Daae	Korsæth	Flerposisjonsspiller	Skogstrand IL
Marthe Oline	Løvwig	Bakspiller, midt	Østsiden IL
Myra Ester	Mariedatter	Bakspiller, høyre	Østsiden IL
Hedda Zahl	Marken-Mjølnærød	Flerposisjonsspiller	Tistedalen T&IF*
Emily Titland	Neeb	Flerposisjonsspiller	Tistedalen T&IF*
Erza	Selimi	Bakspiller, midt	Lisleby FK*
Nicoline	Solerød	Bakspiller, midt	Gresvik IF
Selma Johanne	Steffens	Flerposisjonsspiller	Skogstrand IL
Ingrid	Steinsland	Bakspiller, venstre	Lisleby FK
Rebecca	Wille	Bakspiller, venstre	Halden HF

**\* Forfall/skadet \*\* Ny spiller inn**

**Husk å ta med egen ball, klubbdrakt og drikkeflaske.**

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

**Alle trenere oppfordres til å møte på samlingen!**

**Klubbtrenere til laget som arrangerer skal:**

- ta kontakt med SPU trener i forkant av samling.
- møte SPU trener i hallen samlingsdagen.
- stille med klubbtrener som skal være assistent for SPU-trener under hele økten.
- kontakte SPU-trener noen dager før samling for å være forberedt til selve økten
- stille med utstyr som vester og kjepler/flatmarkører og medisinbag.

**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.

**Årsplan for samlinger:**

Treningene på SPU 14 vil foregå på rundgang i de klubbene som er i samme gruppe. Det vil bli satt opp en årsplan med samlinger og denne finner du på vår hjemmeside ved å trykke her: [Årsplan G14](#)

***Forfall meldes omgående eller senest en dag før samling til:***

Espen Hovelsen [espen@hovelsen.no](mailto:espen@hovelsen.no) Mob: 91352715  
eller [tom.fokstuen@handball.no](mailto: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 regionen om dette, så vil det bli vurdert om spilleren skal kalles inn.

Strømmen 08.02.2022

**Oppdatering** 16.02.2022

Med vennlig hilsen

NHF Region Øst

Tom Fokstuen

Spill og trening

459 06 571

[tom.fokstuen@handball.no](mailto:tom.fokstuen@handball.no)

Espen Hovelsen

(trener)