

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 J15-2 for spillere født i 2004

Samlingene avholdes i:

Samling	Dato/Klokkeslett	Sted	Tema
1	Man.21.10.19 Kl.20:00-22:00 <i>Hall fra 20:30-dynamisk oppvarming før hall</i>	Ekeberghallen A	Samarbeid med linje/vurdering spill

Fremmøte 15. min før samling ferdig skiftet til treningstart.

Innkalling av spillere til denne økten:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Tilde	Wilhelmsen Grønvold	Bakspiller	Haslum IL
Silje	Gjendem	Bakspiller	Vestli IL
Linn	Hua	Bakspiller	SSK Skjetten
Hermine	Moen Eliassen	Bakspiller	Bækkelaget
Maiken Sofie	Schie	Bakspiller	Fet IL
Lina	Longva Eriksen	Bakspiller	Haslum IL
Marie	Langås	Bakspiller	Haslum IL
Caroline	Biermann Stenseth	Bakspiller	Bækkelaget
Susanne	Torhaug	Bakspiller	Haslum IL
Emilie	Winnen	Bakspiller, høyre	NIT/HAK
Karoline	Espe	Bakspiller, høyre	NIT/HAK
Pernille	Selvaag	Bakspiller, midt	Lillestrøm
Josefine	Mylius	Bakspiller, midt	Haslum IL
Emilie Christina	Sande	Flerposisjonsspiller	Ammerud
Emmanuella	Amoateng	Kantspiller, høyre	SSK Skjetten
Dina	Zagragja	Kantspiller, høyre	Furuset Håndball IF
Kathalina	Nunez-Garate	Kantspiller, høyre	Nannestad IL
Louise	Tesaker Eide	Kantspiller, venstre	Haslum IL
Aslaug	Stavrum	Kantspiller, venstre	Bækkelaget
Malin	Eik	Kantspiller, venstre	Bækkelaget
Erle	Sognnæs	Linjespiller	Lillestrøm
Johanne	Hovde Helgesen	Linjespiller	Asker Skiklubb - håndball
Mina Bie	Fjeldstad	Linjespiller	Furuset Håndball IF
Emma	Marsdal	Linjespiller	Haslum IL
Ejona	Hajrizaj	Målvakt	NIT/HAK
Ameli	Goziou-Andersen	Målvakt	Haslum IL
Mia Emilie	Horn	Målvakt	Lillestrøm
Julie	Jøsok Holstad	Målvakt	Furuset Håndball IF

** Har din håndballstatus endret seg eller har du byttet klubb melder du fra til Region Øst.
Det samme gjelder om det er du ikke ønsker delta på SPU sesong 19-20 eller du står registrert med feil spillplass!*

**Husk å ta med egen ball, klubbdrakt og drikkeflaske.
Viktig at du har en tapebit med navnet ditt synlig klistret på drakten din!**

Årsplan for samlinger:

Mer informasjon om spillerutvikling 15 år finner du på vår hjemme side ved å trykke her:

[Spillerutvikling \(SPU\) 15 år \(04\)](#)

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 ca. to uker før samling

Forfall:

Eventuelle melding om skade/sykdom varsles Magnus Berg per epost magnus.handball@gmail.com tlf. **95 22 02 82**; med kopi til regionskontoret ved nhf.ron@handball.no. Merk eposten forfall SPU 15 og hvilket miljø dette gjelder.

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 .

E-posten skal inneholde navn på spiller samt utdypende informasjon om spillerens kvaliteter. Det presiseres at selv om klubben melder inn spillere utover i sesongen 2019/2020 er det ikke en selvfølge at spilleren blir kalt inn til samling

Strømmen 10.10.2019

Med vennlig hilsen

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

Trenere Jenter 15
Magnus Berg
Wiggo Thorsen