

## INNKALLING TIL SAMLING FOR SPILLERUTVIKLING NHF REGION ØST.

Du er en av de som er plukket ut til å være med på samling nummer fire i gruppen J 16 gruppe 2.

### Samlingene avholdes i:

Sted	Bane	Miljø	Dato	Treningstid	Tema
Ekeberghallen	A	SPU J16- gruppe 2	21.01.2019	19:00-20:30	Finter/gjennombrudd

Fremmøte 15. min før samling ferdig skiftet til treningstart.

### Innkalling av spillere til denne økten:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Aurora	Mostue	Bakspiller	Kolbotn
Eline Andrea	Sørensen	Bakspiller	Ullern
Oda Marie	Veum	Bakspiller	Rolvsey
Sofie	Bøhler	Bakspiller	Nordstrand
Amalie Hvammdal	Paulsen	Bakspiller	Ski
Frida	Johansson	Bakspiller, midt	HK Eidsberg
Mari	Myrland	Bakspiller, midt	Ullern
Eline	Gerø	Bakspiller, venstre	Fjellhammer
Sofie	Gaustad	Bakspiller, venstre	Ski
Emilia	Alfei	Kantspiller	Ski
Kristina	Karlsholmen Hauge	Kantspiller	Kolbotn
Ingeborg	Amundsen Salterød	Kantspiller, høyre	Haslum
Tiril	Sørensen	Kantspiller, høyre	Sarpsborg
Aleksandra	Mandic	Linjespiller	HK Eidsberg
Djellza	Istrefi	Linjespiller	Sarpsborg
Marte	Ødegaard	Linjespiller	Ullern
Marthe Elise	Lindberg	Målvakt	Bækkelaget
Molly Kvam	McCarthy	Målvakt	Ullern

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

**Viktig at du har en tapebit med navnet ditt synlig påklistret t-skjorten din**

### Forfall:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb	Forfall meldt
Mina Marie	Starholm	Målvakt	Lillestrøm	10.01.19
Marte	Grimsrud	Målvakt	Ski	15.01.19
Rakel	Storsul Hildrum	Bakspiller venstre	Haslum	21.01.19
Marie	Elde Selvaag	Kantspiller, høyre	Lillestrøm	21.01.19

### Årsplan for samlinger

Sted	Bane	Miljø	SPU trenere	Dato	Treningstid
Ekeberghallen	A	SPU J16- gruppe 2	Arnfinn/ Berit	15.10.2018	20:30-22:00
Ekeberghallen	A	SPU J16- gruppe 2	Arnfinn/ Berit	<del>12.11.2018</del>	<del>19:00-20:30</del>
				<b>NY DATO</b> <b>26.11.2018</b>	<b>19:00-20:30</b>
Ekeberghallen	A	SPU J16- gruppe 2	Arnfinn/ Berit	17.12.2018	20:00-22:00
Ekeberghallen	A	SPU J16- gruppe 2	Arnfinn/ Berit	21.01.2019	19:00-20:30
Ekeberghallen	A	SPU J16- gruppe 2	Arnfinn/ Berit	11.03.2019	20:30-22:00
Ekeberghallen	A	SPU J16- gruppe 2	Arnfinn/ Berit	08.04.2019	19:00-20:30

Mer informasjon om spillerutvikling 16 år finner du på vår hjemme side ved å trykke her:

[Spillerutvikling \(SPU\) 16 år \(02\)](#)

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 min. 2 uker før samling.

### 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 Arnfinn Borger Hansen,

[arnfinn.borger.hansen@gmail.com](mailto:arnfinn.borger.hansen@gmail.com) mobil; 46925180

med kopi til [Trine.SneeggenFors@handball.no](mailto:Trine.SneeggenFors@handball.no).

**Strømmen 08.01.2019**

**Endret 21.01.2019**

Med vennlig hilsen

NHF Region Øst

Trine Sneeggen Fors

Spill og trening

Tlf. 91372361

[Trine.SneeggenFors@handball.no](mailto:Trine.SneeggenFors@handball.no)

**Trenere J16 gruppe 2**

Berit Siglen

Arnfinn Borger Hansen