

## INNKALLING TIL SAMLING FOR SPILLERUTVIKLING NHF REGION ØST.

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

### Samlingene avholdes i:

Sted	Bane	Miljø	Dato	Treningstid	Tema
Ekeberghallen	A	SPU J16- gruppe 2	11.03.2019	20:30-22:00	Pådrag og krysningsspill

Fremmøte 15. min før samling ferdig skiftet til treningstart.

### Innkalling av spillere til denne økten:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Oda Marie	Veum	Bakspiller	Rolvøy
Sofie	Bøhler	Bakspiller	Nordstrand
Amalie Hvammdal	Paulsen	Bakspiller	Ski
Frida	Johansson	Bakspiller, midt	HK Eidsberg
Trine-Lise	Nystad	Bakspiller, midt	Ski
Eline	Gerø	Bakspiller, venstre	Fjellhammer
Sofie	Gaustad	Bakspiller, venstre	Ski
Sofie	Lundeby	Flerposisjonsspiller	HK Eidsberg
Emilia	Alfei	Kantspiller	Ski
Karoline	Ørka	Kantspiller	HK Eidsberg
Marie	Elde Selvaag	Kantspiller, høyre	Lillestrøm
Sine	Authen Kure	Kantspiller, venstre	Tveter IL
Aleksandra	Mandic	Linjespiller	HK Eidsberg
Caroline*	Løvaas	Linjespiller	NIT-HAK
Djellza	Istrefi	Linjespiller	Sarpsborg
Marte	Ødegaard	Linjespiller	Ullern
Nora Karlsen	Wennsten	Linjespiller	Tveter IL
Marthe Elise	Lindberg	Målvakt	Bækkelaget
Zacarina	Sivertsen	Målvakt	NIT-HAK

\* Inn ekstra 28.02.19

**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
Ingeborg	Amundsen Salterød	Kantspiller, høyre	Haslum	26.02.19 -skoletur
Mari	Myrland	Bakspiller, midt	Ullern	27.02.19 -skoletur
Molly Kvam	McCarthy	Målvakt	Ullern	27.02.19 -skoletur
Eline Andrea	Sørensen	Bakspiller	Ullern	27.02.19 -skoletur
Tiril	Sørensen	Kantspiller, høyre	Sarpsborg	11.03.19
Amanda Louise	Llarena Hovdsveen	Målvakt	Ski	11.03.19- skadet

### 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 25.02.2019**

**Endret 11.03.2019**

Med vennlig hilsen  
NHF Region Øst

Trine Sneeggen Fors  
Spill og trening

**Trenere J16 gruppe 2**  
Berit Siglen



Tlf. 91372361

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

Arnfinn Borger Hansen