

## 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 1.

### Samlingene avholdes i:

Sted	Bane	Miljø	Dato	Treningstid	Tema
Ekeberghallen	A	SPU J16- gruppe 1	21.01.2019	20:30-22:00	Finter/gjennombrudd

Fremmøte 15. min før samling ferdig skiftet til treningstart.

### Innkalling av spillere til denne økten:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Helene *	Grewe-Opprann	Bakspiller	Nordstrand
Sofie	Bruun	Bakspiller	Lillestrøm
Thale	Aanerud Mohagen	Bakspiller	Lillestrøm
Thea	Lundemo	Bakspiller	Fjellhammer
Isabel	Gunnerød	Bakspiller, midt	Stabæk
Madelen	H Berg	Bakspiller, venstre	Ull kisa
Malin	Berg	Bakspiller, venstre	Rælingen
Sanna	Lind Betten	Bakspiller, venstre	Fjellhammer
Celine *	Bøhler Thomassen	Kantspiller, høyre	Nordstrand
Sarah	Notto Pettersen	Kantspiller, venstre	Nordstrand
Sine	Authen Kure	Kantspiller, venstre	Tveter IL
Tiril	Stubberud Hagen	Kantspiller, venstre	Fjellhammer
Sofie	Thoresen	Linjespiller	Lillestrøm
Ada Elise	Martinsen	Målvakt	Rælingen
Amanda Louise	Llarena Hovdsveen	Målvakt	Ski
Celine Madeleine	Amundsen	Målvakt	Nordstrand

\* Satt inn 14.01.19

Husk å ta med egen ball, klubbdrakt og drikkeflaske.

Viktig at du har en tapebit med navnet ditt synlig påklisset t-skjorten din!

### Forfall:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb	Forfall meldt
Nora Kristine	Lorentzen	Bakspiller, midt	Skiptvet	09.01.19
Naomi	Sylvan-Eek	Bakspiller, venstre	Skiptvet	09.01.19
Sandra	Svensen	Bakspiller, venstre	Skiptvet	09.01.19
Åsa Louise	Stordal	Målvakt	Skiptvet	09.01.19
Tiril Birgitte	Rosenberg	Linjespiller	Nordstrand	14.01.19
Alexandra	Devold Sedlamyr	Kantspiller	Ullern	15.01.19
Kari	Kennedy-Hermo	Kantspiller, høyre	Ski	17.01.19
Sara Helena	Benterud	Linjespiller	Fjellhammer	REG

Trine-Lise	Nystad	Bakspiller, midt	Ski	20.01.19
Tuva Marie	Lindstad	Linjespiller	Kløfta	21.01.19

### Årsplan for samlinger

Sted	Bane	Miljø	SPU trenere	Dato	Treningstid
Ekeberghallen	A	SPU J16- gruppe 1	Arnfinn/ Berit	15.10.2018	19:00-20:30
Ekeberghallen	A	SPU J16- gruppe 1	Arnfinn/ Berit	<del>12.11.2018</del>	<del>20:30-22:00</del>
				<b>NY DATO 26.11.2018</b>	<b>20:30:22:00</b>
Ekeberghallen	A	SPU J16- gruppe 1	Arnfinn/ Berit	17.12.2018	19:00-20:30
Ekeberghallen	A	SPU J16- gruppe 1	Arnfinn/ Berit	21.01.2019	20:30-22:00
Ekeberghallen	A	SPU J16- gruppe 1	Arnfinn/ Berit	11.03.2019	19:00-20:30
Ekeberghallen	A	SPU J16- gruppe 1	Arnfinn/ Berit	08.04.2019	20:30-22:00

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 1**

Berit Siglen  
Arnfinn Borger Hansen