

### 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 J16-2 for spillere født i 2003

#### Samlingene avholdes i:

Samling	Dato/Klokkeslett	Sted	Tema
1	07.10.19 kl.20:30-22:00	Ekeberghallen A	Kryssningspill

Fremmøte 15. min før samling ferdig skiftet til treningstart.

#### Innkalling av spillere til denne økten:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Kaja	Løken	Bakspiller	Bækkelagets SK
Line	Thorstad	Bakspiller	Bækkelagets SK
Mariah Lam	Spikkerud	Bakspiller	Haslum IL
Maria	Syverud	Bakspiller	Lørenskog HK
Thea Marie	Andersson	Bakspiller	Nannestad
Emma	Breistøl	Bakspiller	ØHIL
Malin	Osnes Berg	Bakspiller, Høyre	Oppegård IL
Emma-Helene	Høyning	Flerposisjonsspiller	HK Eidsberg
Elisabeth**	Langeland	Kantspiller, Høyre	Skedsmo HK
Karen	Myskja	Kantspiller, Høyre	Ullern IF
Nora	Zorgati	Kantspiller, Venstre	Ullern IF
Madelen Wiik	Svendsen	Linjespiller	Haslum IL
Milda**	Dahlstrøm	Linjespiller	Hasle-Løren IL
Mathilde	Granum	Linjespiller	Son HK
Tiril Maria Harsem	Lancelot	Målvakt	Bækkelagets SK
Helene	Fongaard	Målvakt	Haslum IL
Synne	Haagensen	Målvakt	Ullern IF

\* Har din håndballstatus endret seg eller du byttet klubb ilt sommeren så melder du fra til Region Øst!

\*\*Etterinnkalt

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

#### Forfall grunnet skade/sykdom/annet:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb	Forfall meldt
Sofie	Vik	Linjespiller	Ski	25.09.2019
Hedda	Markegård	Bakspiller, Høyre	Asker	26.09.2019
Mathilde Messel	Moland	Linjespiller	Bækkelagets SK	30.09.2019
Kaja Mathilde	Tønseth	Bakspiller	Lørenskog HK	07.10.2019
Ishnoor Singh	Khehra	Kantspiller, Venstre	Bækkelagets SK	07.10.2019

### Årsplan for samlinger:

SPU J16-1	SPU J16-2	Sted
Samling 1: Man. 07.10.19 19:00-20:30	Samling 1: Man. 07.10.19 20:30-22:00	Ekeberghallen A
Samling 2: Man. 04.11.19 20:30-22:00	Samling 2: Man. 04.11.19 19:00-20:30	Ekeberghallen A
Samling 3: Man. 16.12.19 19:00-20:30	Samling 3: Man. 16.12.19 20:30-22:00	Ekeberghallen A
Samling 4: Man. 27.01.20 20:30-22:00	Samling 4: Man. 27.01.20 19:00-20:30	Ekeberghallen A
Samling 5: Man. 02.03.20 19:00-20:30	Samling 5: Man. 02.03.20 20:30-22:00	Ekeberghallen A
Samling 6: Man. 04.05.20 20:30-22:00	Samling 6: Man. 04.05.20 19:00-20:30	Ekeberghallen A

Mer informasjon om spillerutvikling 16 år finner du på vår hjemme side ved å trykke her:  
[Spillerutvikling \(SPU\) 16 år \(03\)](#)

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 Pia Kristensen Moe per epost  
[pia\\_kris3@hotmail.com](mailto:pia_kris3@hotmail.com) tlf. [46 82 18 92](tel:46821892) med kopi til regionskontoret ved  
[nhf.ron@handball.no](mailto:nhf.ron@handball.no). Merk eposten forfall SPU 16 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](mailto: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 24.09.2019**

**Endret 07.10.2019**

Med vennlig hilsen

NHF Region Øst  
Trine Sneeggen Fors  
Spill og trening  
Tlf. 91372361  
[Trine.SneeggenFors@handball.no](mailto:Trine.SneeggenFors@handball.no)

**Trenere Jenter 16**

Marianne Juuhl  
Pia Kristensen Moe