

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
2	Man. 16.12.19 20:30-22:00	Ekeberghallen A	Individuelt forsvar

Fremmøte 15. min før samling ferdig skiftet til treningstart.

Innkalling av spillere til denne økten:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Kaja	Løken	Bakspiller	Bækkelagets SK
Fredrikke	Sundsby Kjølstad	Bakspiller	Haslum IL
Kaja Mathilde	Tønseth	Bakspiller	Lørenskog HK
Line	Thorstad	Bakspiller	Bækkelagets SK
Mariah	Lam Spikkerud	Bakspiller	Haslum IL
Amanda Katarina	Astor	Bakspiller	NIT/HAK
Elisabeth	Langeland	Kantspiller, Høyre	Skedsmo HK
Karen	Myskja	Kantspiller, Høyre	Ullern IF
Frida	Corneliussen-Østlie	Linjespiller	Nordstrand IF
Tuva Marie	Mork	Linjespiller	Kolbotn IL
Milda	Dahlstrøm	Linjespiller	Hasle-Løren IL
Helene	Fongaard	Målvakt	Haslum IL
Synne	Haagensen	Målvakt	Ullern IF
Tiril Maria Harsem	Lancelot	Målvakt	Bækkelagets SK

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 eller annet:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb	Forfall meldt
Hanna	Mehus	Flerposisjonsspiller	NIT-Hak	06.12.2019
Emma	Breistøl	Bakspiller	ØHIL	09.12.2019
Hedda	Vestegård Jacobsen	Bakspiller, Midt	Asker	10.12.2019
Emma-Helene	Hågensen Høyning	Flerposisjonsspiller	HK Eidsberg	16.12.2019
Nora	Zorgati	Kantspiller, Vestre	Ullern IF	16.12.2019

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 tlf. [46 82 18 92](tel:46821892) med kopi til regionskontoret ved
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 .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 02.12.2019

Endret 16.12.2019

Med vennlig hilsen

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

Trenere Jenter 16

~~Marianne Juuhl~~
Pia Kristensen Moe
Knut Eindrinde Moe

Vikar: