

INNKALLING TIL SAMLING FOR SPILLERUTVIKLING NHF REGION ØST.

Du er en av de som er plukket ut til å være med på SPU samling i gruppen J17.

Samlingene avholdes i:

Samling 2	19.11.18 kl. 19:00-20:30	Ekeberghallen A	Angrepsferdigheter i posisjon
-----------	--------------------------	-----------------	-------------------------------

Fremmøte 15. min før samling ferdig skiftet til treningstart.

Innkalling av spillere til denne økten:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Caroline	Torhaug	Bakspiller	Haslum
Hanna	Vesterheim	Bakspiller	Fjellhammer
Sandra	Holmen	Bakspiller	Fredrikstad BK
Sarah Deari	Solheim	Bakspiller, høyre	Rælingen
Alexandra	Dehli Westby	Bakspiller, venstre	Oppsal
Helene	Havre	Bakspiller, venstre	Fjellhammer
Kristin	Thorvaldsen	Bakspillere	Follo HK Damer
Sina Lid	Adde	Kantspiller	Rælingen
Elise	Langås	Kantspiller, høyre	Haslum
Siri	Torsteinbrend	Kantspiller, høyre	Follo HK Damer
Hanna	Blystad	Kantspiller, venstre	Fredrikstad BK
Karoline	Stensrud	Kantspiller, venstre	Follo HK Damer
Oda	Johansen	Kantspiller, venstre	Aker TH
Irene Annie	Strupstad	Linjespiller	Nordstand
Marie	Berg	Linjespiller	Aker TH
Sandra	Oberg	Linjespiller	Stabæk
Karin	Mollatt	Linjespiller	Fredrikstad BK
Bettina	Bragge	Målvakt	Stabæk
Martina	Jurisic	Målvakt	Haslum
Vilde	Marsteinstredet	Målvakt	Haslum
Hedda	Holmen	Målvakt	Fredrikstad BK

Husk å ta med egen ball, klubbdrakt og drikkeflaske.

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

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb	Forfall meldt
Andrine	Øtterlei	Bakspiller, venstre	Ellingsrud IL	12.11.18
Veronika	Kastrati	Bakspiller	Ellingsrud IL	12.11.18
Madelen	Naustdal	Bakspiller	Søn	19.11.18
Sanna	Lid Øvre	Bakspiller, venstre	Rælingen	19.11.18

Årsplan for samlinger

Samling 1	02.11.18 kl.19:30-21:00	Frognerhallen bane 3	Individuelle forsvarsferdigheter
Samling 2	19.11.18 kl. 19:00-20:30	Ekeberghallen A	Angrepsferdigheter i posisjon
Samling 3	13.02.19	<i>Mangler hall</i>	Vurderingsspill i forsvar
Samling 4	19.03.19 kl. 20:30-22:00	Ski Alliansehalla bane A	Angrepsteknikk/taktikk to og to

Mer informasjon om spillerutvikling 17 finner du ved å trykke her: [Hjemmeside til SPU 17 \(01\)](#)

Innkalling til samling sendes klubben som har ansvar for å varsle spillerne om å møte til spillerutvikling.

Forfall til samling

Spillere som møter til samlingene skal være 100% skadefrie og kunne delta for fullt.

Forfall meldes senest en dag før samling til nhf.ron@handball.no med kopi til Trine.SneeggenFors@handball.no.

Dersom spillere ikke møter uten å melde fra kan de miste retten til å delta videre på SPU.

Strømmen 05.11.2018

Endret 20.11.2018

Med vennlig hilsen
NHF Region Øst

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

Trenere G17
Endre Fintland
Daniel Birkelund