

## 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 3	19.03.19 kl. 20:30-22:00	Ski Alliansehøll bane A	Vurderingsspill i forsvar
-----------	--------------------------	-------------------------	---------------------------

Fremmøte 15. min før samling ferdig skiftet til treningstart.

### Innkalling av spillere til denne økten:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Caroline	Torhaug	Bakspiller	Haslum
Kaisa	Waagan Kruse	Bakspiller	Aker TH
Kristin	Thorvaldsen	Bakspiller	Follo HK Damer
Veronika	Kastrati	Bakspiller	Ellingsrud IL
Alexandra	Dehli Westby	Bakspiller, venstre	Oppsal
Sarah	Deari Solheim	Bakspiller, høyre	Rælingen
Andrine	Otterlei	Bakspiller, venstre	Ellingsrud IL
Sanna	Lid Øvre	Bakspiller, venstre	Rælingen
Hanna	Blystad	Kantspiller, venstre	Fredrikstad BK
Oda	Johansen	Kantspiller, venstre	Aker TH
Karoline	Sæteren Stensrud	Kantspiller, venstre	Follo HK Damer
Sina	Lid Adde	Kantspiller, venstre	Rælingen
Irene	Strupstad	Linjespiller	Nordstrand
Marie Louise	Berg	Linjespiller	Aker TH
Rebecka	Hagen	Linjespiller	Ellingsrud IL
Sandra	Oberg	Linjespiller	Stabæk
Karin	Mollatt	Linjespiller	Fredrikstad BK
Bettina	Høiås Bragge	Målvakt	Stabæk
Hedda	Holmen	Målvakt	Fredrikstad BK
Vilde	Marsteinstredet	Målvakt	Haslum

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
Hanna	Vesterheim	Bakspiller	Fjellhammer	15.03.19- skadet
Elise	Langås	Kantspiller, høyre	Haslum	17.03.19
Sandra	Holmen	Bakspiller	Fredrikstad BK	18.03.19-skadet

## 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
<del>Samling 3</del>	<del>13.02.19</del>	<del>Mangler hall</del>	<del>Vurderingsspill i forsvar</del>
<del>Samling 4</del> Samling 3	19.03.19 kl. 20:30-22:00	Ski Alliansehall bane A	<del>Angrepsteknikk/taktikk to og to</del> Vurderingsspill i forsvar
<b>Samling 4</b> Ny dato	29.04.19 kl. 19:00-20:30	Ekeberghallen 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](mailto:nhf.ron@handball.no) med kopi til [Trine.SneeggenFors@handball.no](mailto:Trine.SneeggenFors@handball.no).

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

**Strømmen 04.13.2019**

**Endret 19.03.2019**

Med vennlig hilsen  
NHF Region Øst

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

### Trenere J17

Endre Fintland

**Daniel Birkelund**

Vikar: Mats Julius Haakenstad