

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:

AVLYST			
Samling 4	29.04.19 kl. 1900-20:30	Ekeberghallen A	Angrepsteknikk/taktikk to og to

Fremmøte 15. min før samling ferdig skiftet til treningstart.

Innkalling av spillere til denne økten:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Kaisa	Waagan Kruse	Bakspiller	Aker TH
Kristin	Thorvaldsen	Bakspiller	Follo HK Damer
Veronika	Kastrati	Bakspiller	Ellingsrud IL
Julie Kopperud	Sikkeland	Bakspiller, høyre	Sarpsborg
Sarah Deari	Solheim	Bakspiller, høyre	Rælingen
Julie	Hattestad	Bakspiller, midt	Follo HK Damer
Helene	Havre	Bakspiller, venstre	Fjellhammer
Julie	Hulleberg	Bakspiller, venstre	Fredrikstad BK
Andrine	Otterlei	Bakspiller, venstre	Ellingsrud IL
Sanna	Lid Øvre	Bakspiller, venstre	Rælingen
Hanna	Blystad	Kantspiller, venstre	Fredrikstad BK
Oda	Johansen	Kantspiller, venstre	Aker TH
Irene	Strupstad	Linjespiller	Nordstrand
Rebecka	Hagen	Linjespiller	Ellingsrud IL
Karin	Mollatt	Linjespiller	Fredrikstad BK
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
Karoline	Sæteren Stensrud	Kantspiller, venstre	Follo HK Damer	23.04.19 - skadet
Alexandra	Dehli Westby	Bakspiller, venstre	Oppsal	23.04.19 - skadet
Ine Erlandsen	Grimsrud	Bakspiller	Aker TH	23.04.19- skadet
Sandra	Oberg	Linjespiller	Stabæk	25.04.19- skadet
Marie Louise	Berg	Linjespiller	Aker TH	26.04.19
Caroline	Torhaug	Bakspiller	Haslum	26.04.19 - skadet
Bettina	Høiås Bragge	Målvakt	Stabæk	26.04.19- skadet
Martina	Jurasic	Målvakt	Haslum	28.04.19
Elise	Langås	Kantspiller, høyre	Haslum	28.04.19

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	Mangler hall	Vurderingsspill i forsvar
Samling 4	19.03.19 kl. 20:30-22:00	Ski Alliansehaller bane A	Angrepsteknikk/taktikk to og to
Samling 3			Vurderingsspill i forsvar
Samling 4 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 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 15.04.2019

Endret 29.04.2019

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

Trenere I17
Endre Fintland
Daniel Birkelund