

## 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	Dato/Klokkeslett	Sted	Tema
3	Tirs.11.02.20 Kl.20:00-22:00	Ekeberghallen A	Individuell forsvarsteknikk

Fremmøte 15. min før samling ferdig skiftet til treningstart.

### Innkalling av spillere til denne økten:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Eline Andrea	Sørensen	Bakspiller	Ullern IF
Naomi	Sylvan-eek	Bakspiller	Rælingen HK
Oda Marie	Veum	Bakspiller	Fredrikstad Ballklubb
Sofie	Bruun	Bakspiller	Lillestrøm HK
Tuva Marie	Iversen	Bakspiller	Ullern IF
Frida	Johansson	Bakspiller, midt	Sarpsborg IL
Isabel	Gunnerød	Bakspiller, midt	Stabæk
Sandra	Svendsen	Bakspiller, venstre	HK Eidsberg
Sofie	Gaustad	Bakspiller, venstre	Ski IL
Ingeborg Amundsen	Salterød	Kantspiller, høyre	Haslum IL
Marie	Elde Selvaag	Kantspiller, høyre	Lillestrøm HK
Kristina	Othilie Hetland Schenum	Kantspiller, venstre	Stabæk
My	Lervold	Kantspiller, venstre	Haslum IL
Kristina	Høgnes	Kantspiller, venstre	Lillestrøm HK
Aleksandra	Mandic	Linjespiller	Follo HK
Marte	Ødegaard	Linjespiller	Ullern IF
Stine Victoria	Sjølie	Linjespiller	Lillestrøm HK
Amanda Louise Larena	Hovdsveen	Målvakt	Ski IL
Celine Madeleine	Amundsen	Målvakt	Fjellhammer IL
Mina Marie	Starholm	Målvakt	Lillestrøm HK
Molly Kvam	McCarthy	Målvakt	Ullern IF

**Husk å ta med egen ball, klubbdrakt og drikkeflaske.**

**Viktig at du har en tapebit med navnet ditt synlig klistret på drakten din!**

### Forfall:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb	Forfall meldt
Eline Bratteberg	Steen	Linjespiller	Sarpsborg IL	29.01.20
Sanna Lind	Betten	Bakspiller, venstre	Nit-Hak	10.02.20
Anna Lunke	Norum	Flerposisjonsspiller	Stabæk	10.02.20
Nora Kristine	Lorentzen	Bakspiller, midt	HK Eidsberg	11.02.20
Emma Spetalen	Magnusson	Kantspiller, venstre	Ullern IF	11.02.20
Marte	Skansen	Bakspiller, høyre	Fjellhammer IL	11.02.20

### Årsplan for samlinger:

Samling	Dato/Klokkeslett	Sted	Tema
1	Tirs.19.11.19 Kl.20:00-22:00	Ekeberghallen A	Kryssningspill
2	Tor.12.12.19 Kl.20:00-22:00	Ekeberghallen A	Samarbeid m/linje-vurdering spill
3	Tirs.11.02.20 Kl.20:00-22:00	Ekeberghallen A	Individuell forsvarsteknikk
4	Tirs.31.03.20 Kl.20:00-22:00	Ekeberghallen A	Duellspill

\* Endringer kan forekomme –informasjon om spillerutvikling 17 år finner du på vår hjemme side ved å trykke her: [Spillerutvikling \(SPU\) 17 år \(02\)](#)

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:

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

Eventuelle melding om skade/sykdom varsles Lars Erik Sonerud per epost [sonerud69@gmail.com](mailto:sonerud69@gmail.com) tlf. 92 24 78 03 med kopi til regionskontoret ved [nhf.ron@handball.no](mailto:nhf.ron@handball.no)

### 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 28.01.2020**  
**Endret 11.02.2020**

Med vennlig hilsen

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

Vikar 11.02.20

### Trenere Jenter SPU 17

~~Endre Fintland~~  
~~Lars Erik Sonerud~~  
Lars Thorstensen