



NFH - Ringkøbing

Mandag 10. september

POWER
ARENA



KAMP-
SPONSOR

FOLKETIDENDE

BOLD-
SPONSOR

SCHULZ
BILER

WOMAN OF
THE MATCH

**JYSKE
BANK**

EVENT-
PARTNER

BEIERHOLM
VI SKABER BALANCE

STATISTIK-
PARTNER

ørnes
revision



HTH
LIGAEN

Hovedsponsorer:

Scandlines
HYBRID FERRY

LÅNLET

Vi skal følge vores koncept

NFH-pigerne og trænerstaben har i denne sæson besluttet at lægge større fokus på sig selv og mindre fokus på modstanderne i forberedelserne til kampene i HTH Ligaen.

Og sådan har det også været op til dagens kamp mod Ringkøbing Håndbold her i POWER Arena.

- Vi har et koncept, som vi skal følge næsten uanset hvad. Det handler blandt andet om at dække aggressivt op og løbe endnu mere kontra, når chancen er der.

- I det etablerede angrebsspil har vi fået flere strenge at spille på, fordi Yui Sunami mestrer det ekstremt hurtige spil sammen med Mulle, og det giver os bedre muligheder for at spille bredt og bearbejde og splitte modstandenes forsvaret, forklarer cheftræner Jakob Larsen.

Han er i gang med sin anden sæson i spidsen for NFH, og erfaringerne fra sidste år er noget, han og holdet drager nytte af i år.

- Jeg har lært, at vi skal være mere aggressive i vores forsvar, end vi var i begyndelsen af sidste sæson. Og jeg har også lært, at vi skal være mere tålmodige i vores angrebsspil, og det synes jeg også, at vi er blevet, siger cheftræneren og tilføjer:

- Kunsten bliver at kunne agere og ikke bare reagere - også i de tætte kampe.

DANMARKS BEDSTE PUBLIKUM, ER I KLAR TIL AT GIVE DEN FULD GAS IGEN I AFTEN? VIS PIGERNE, AT I ER MED DEM HELE VEJEN. OP AT STÅ FOR NFH!



CAGE WARRIORS
ACADEMY DENMARK

SAT 22ND SEPTEMBER
NYKØBING F.
NYKØBING HALLEN

viaplay ticketmaster®

KEIS

Guld & Sølv

NYKØBING F.

Østergågade 20b

NÆSTVED

Skomagerrækken 10-12

VORDINGBORG

Algade 48

Final 4 Partner:

		
		

Eksklusiv Partner:

		
		

Platin Partner:

			
			
			
			
			
			
			
			
			



Lad Fuglsang Herregaards historiske smukke lokaler danne ramme for den næste fest

Besøg os og få skræddersyet festen efter ønske og budget.

Vi kan det hele; små som store fester, møder, konferencer, seminarer, overnatning samt længere ophold.



Fuglsang Herregaard, Nystedvej 73, Toreby
 Telefon 54 87 33 87
 post@fuglsangherregaard.dk
 www.fuglsangherregaard.dk

Hos os får du hele pakken serveret.

4 X DVDBOX
Kr. 199,-
LIMITED EDITION

KØB DEN IDAG I NFH SHOPPEN

LIMITED EDITION - DVD BOXEN - PÅ TOPPEN I NYKØBING

Køb den i dag
i NFH Shoppen
i forhallen

Kun kr. 199,-

KØB DEN IDAG...

Dokumentarserien om NFH
- PÅ TOPPEN I NYKØBING

NFH & Blue Adventure har i samarbejde med CoPrint udgivet 4xDVD Boxen med alle afsnit af dokumentarserien PÅ TOPPEN I NYKØBING. Og som ekstra materiale får du også den nye musikvideo med NFH & Phuong feat. Kenno - Vi De Gule & Blå.



**Volkswagen
Nykøbing Falster**

Herningvej 24 - 4800 Nykøbing Falster

VELKOMMEN TIL SVANE APOTEKET



Alt vores personale er naturligvis veluddannet, og vores fælles ønske er at give dig, som kunde, den bedst mulige vejledning

Vi glæder os til at tage imod dig på vores apotek i de smukke omgivelser på Slotsbryggen i Nykøbing Falster



ÅBNINGSTIDER:
Mandag - fredag 9-17
Lørdag 9.00 - 13.00

 **NYKØBING F.
SVANE APOTEK**

Slotsbryggen 1-3 · 4800 Nykøbing F. · Tlf. 54 85 06 22

Husk:
Det bliver koldt igen
Skift i tide til fjernvarme

Det er billigt

Spar 3-5.000 kr. pr. år ift. fyring med olie.

Det er nemt

Næsten 0 vedligeholdelse. 0 skorstensfejer.
0 olietank.

Det er miljøvenligt

CO2-neutral opvarmning. Ingen fossile brændstoffer.

Ring **7244 1212** og få et godt tilbud.



Oldfruen
Marielyst

Overnatning
Café & Restaurant
Mad ud af huset / Take Away
Selskabslokaler



OPLEVELSER DER HUSKES

Special Class

John's

Special Class

Turistfart

Se alle vores rejser og ture på :

www.johns-bus.dk

WAV

WAX FACILITY SERVICE

Personlig og lokal
rengøring med
høj service

www.waxfs.dk



løve apotek

Langgade 5, 4800 Nykøbing F

INTERNATIONALE NFH PARTNERE

ProfaGroup

BANDHOLM HOTEL

PEUGEOT
NÆSTVED

FR

Kop & Kande

Ø-BRO
Kennet Berlin

MADHuset BRUUN & STENERSEN



MAD / MENNESKER / SAMVÆR



Sakura Hauge



Matilde Nielsen



Emelie Westberg



Yui Sunami



Johanna Westberg



Isabella Fazekas



Anna Lagerquist



Ayaka Ikehara



Lærke Nolsø



Sofie Olsen



Cecilie Greve



Angelica Wallén



Dione Housheer



Kristina Mülle Kristiansen



Line Skak



Jakob Larsen



Kenneth Sahlholdt



Philippa Jones

HOLDET BAG HOLDET
Mette Sahlholdt
MÅLVOGTER TRÆNER

Klaus Frederiksen
MASSØR

Carsten Stegman
RESTITUTIONS TERAPEUT

Kenni Hasling
FYSISK TRÆNER

Lasse Overgaard
FYSISK TRÆNER

John Høj
VIDEOMAND

Per Knudsen
HOLDLEDER

Britta Carstensen
HOLDLEDER

Privatklinikken
Guldborgsund
Troels Hededam

Ringkøbing Håndbold Holdopstilling

- 3. Alberte Simonsen
- 5. Simone Rasmussen
- 7. Ida Lagerbon
- 10. Michelle Brandstrup
- 11. Arlinda Hajdari
- 12. Natasja Clausen
- 15. Jane Mejlvang
- 17. Natasha Nolevska
- 18. Sille Thomsen
- 19. Henriette Hansen
- 20. Jenny Carlsson

- 23. Nanna Hinnerfeldt
- 24. Stine Baun Eriksen
- 27. Marigona Hajdari
- 28. Naja Nissen
- 96. Ida Vium

Cheftræner: Mads Brandt

Assistenttræner: Mads Krogslund

Fysioterapeut: Michael Rømer

Fysioterapeut: Heidi Jensen

Holdleder: Tina Carlsen

HTH Ligaen Stillingen

GRUNDSPILE	K	V	U	T	MÅL	P
Nykøbing F. Håndbold	3	3	0	0	93 - 59	6
Silkeborg-Voel KFUM	3	3	0	0	83 - 61	6
Odense HC	3	3	0	0	70 - 55	6
TTH Holstebro	3	2	1	0	73 - 62	5
København Håndbold	3	2	0	1	84 - 65	4
Team Esbjerg	3	2	0	1	77 - 79	4
Aarhus United	3	2	0	1	68 - 74	4
Herning-Ikast Håndbold	3	1	0	2	71 - 64	2
Ringkøbing Håndbold	3	1	0	2	61 - 78	2
Randers HK	3	1	0	2	56 - 80	2
Skanderborg Håndbold	3	0	1	2	70 - 77	1
Ajax København	3	0	0	3	64 - 73	0
Viborg HK	3	0	0	3	72 - 87	0
EH Aalborg	3	0	0	3	50 - 78	0

SPILLERPROFIL

Cecilie Greve

Cecilie Greve har fået en god start i målet i denne sæson. Hun indledte blandt andet med at snutte seks ud af syv straffekast i pokalkampen i Skanderborg for nylig.

Hvordan ser du vores holds muligheder i denne sæson sammenlignet med sidste sæson, hvor vi jo var tæt på at nå semifinalen?

- Jeg synes, at vi har fået et bredere hold i år, end vi havde sidste år. Så hvis vi kan holde os nogenlunde skadesfri, så tror jeg på, at vi har gode chancer for at nå lige så langt som sidste år, hvis ikke længere.

Hvordan var træningsturen til Japan, og hvad har den givet jer som hold?

- Det har givet et sammenhold at være på sådan en tur. Samtidig er det en utrolig oplevelse, vi som hold har fået sammen. Derudover har det givet os meget på håndboldbanen, hvor jeg specielt i forsvarsdelen synes, at vi har fået nogle hurtigere fødder og derved også et mere bevægeligt forsvar.

Hvad er dine personlige ambitioner/mål for sæsonen?

- Personligt håber jeg at kunne holde mig forholdsvis skadesfri, så jeg sammen med forsvaret kan fortsætte det niveau, vi sluttede på sidste år, og måske endda putte ekstra procenter på.

Ringkøbing, som vi møder i dag, har Natasja Clausen på mål. I er gode veninder udenfor banen. Gør det kampen mere speciel for dig?

- Natasja og jeg er gode veninder helt tilbage fra vores ungdomstid, hvor vi spillede på diverse u-landshold sammen. Det gør nu ikke kampen mere speciel, men det glæder mig selvfølgelig hver gang, jeg ser hende, nu hvor vi bor så langt fra hinanden.

