

## Innkalling til RLM-samling for jenter 2005

### Norges håndballforbund Region Nord innkaller til regional spillersamling

Trenere er hjertelig velkommen til å overvære øktene på egen regning, og spillerutviklerne er åpne for dialog mellom treningstidene.

Dato	Sted	Tematikk	Tidspunkt
7. mars 2024	Utleirahallen	Duell-/kryssningsspill i fase 4 Fysisk & spill	Økt 1: 08:30-10:15 Økt 2: 12:30-14:00

**Oppmøte ferdigskiftet og klar senest 15min før. Påberegnet også 10-15 min prat etter øktenes tidspunkt.**

#### Trenersteam:

Maichen Eidem Olsen, Lovis Tønnies, målvaktsressurs og Bendik Dalen.  
Eirik Haugdal (LK04-trener)

#### Utstyrsliste:

- Dusjtøy (alle skal dusje etter hver økt)
- Tøy til bruk mellom øktene, og for økt 2
- Ball, sko, vannflaske og eventuelt annet beskyttelsesutstyr
- Hvis dere har, ta også med hoppetau og treningsstrikk
- Skrivesaker

Kontaktperson ved forfall og praktiske spørsmål eller spørsmål om uttak:

#### **Victoria Koen (tlf. 906 26 705)**

Husk å skriv fullt navn, klubb, årskull og hvilken samling det gjelder. I tillegg ønsker vi en kort begrunnelse bak forfallet.

#### Reiseinformasjon:

Dere som er tilreisende fra Nordland, Troms og Finnmark må bestille billigste flyalternativ t/r umiddelbart på egen hånd. Spillere fra Helgeland og Møre & Romsdal må organisere billigste transportalternativ så raskt som mulig, det innebærer ikke fly, men kollektivtransport eller samkjøring av flere i bil. Ta kontakt om du er usikker på bestilling av reise og pris for å få det refundert. Det er bedre å avtale på forhånd enn å ikke få igjen penger, vi dekker billigste alternativ, og det er som oftest med kollektivtransport. Reis til Trondheim kvelden før samling, vi organiserer hotell for dere 6/3 - 7/3 på Scandic Lerkendal. Bussinformasjon ligger på nettsiden under "praktisk informasjon". Ta vare på kvitteringer tilknyttet transport og lever inn i refusjonsskjema sendt på sms ETTER samling. Informasjon om refusjon ligger også under «praktisk informasjon». Frist for innsending denne samlingen er 21. mars. Innsending etter det utbetales ikke. Mangler du link, send sms til Victoria Koen (906 26 705).

**Dette er ditt ansvar å følge opp!**



## Uttak RLM jenter 2005 & 2004

*\*Spillere med stjerne er tilreisende og må se "reiseinformasjon" over*

*All utvikling skjer i klubb, bruk derfor tiden godt selv. På samling kan vi kun inspirere og bidra til motivasjon og bevissthet for videre trening. Spillere vi kjenner til skade-/sykdomssituasjon på er ikke innkalt.*

**Under «praktisk informasjon» på [handball.no](http://handball.no) ligger det informasjon for alle!**

Klubb	Fornavn	Etternavn	Spillerposisjon
Tromsø HK	Sofie	Bjerkaas	Bakspiller
Charlottenlund	Hedda	Brede	Bakspiller
Charlottenlund	Emma Henden	Fosnæs	Bakspiller
Byåsen	Ine	Fremo	Bakspiller
Charlottenlund	Celine	Gran	Bakspiller
Utleira	Karoline	Gundersen	Bakspiller
Byåsen	Johanna D.	Haugan	Bakspiller
Byåsen	Madelen N.	Johnsen	Bakspiller
Utleira	Synne	Olsen	Bakspiller
Molde BK	Silje	Rekdal	Bakspiller
Utleira	Kaja	Røddesnes	Bakspiller
Levanger	Marie Anderssen	Vollan	Bakspiller
Volda	Erle	Aandal	Bakspiller
Tromsø HK	Erle	Berg-Johansen	Kantspiller høyre
Utleira	Signe	Berntzen-Trondmo	Kantspiller høyre
Charlottenlund	Malin S.	Dahl	Kantspiller høyre
Levanger	Emma	Sagvold	Kantspiller høyre
Kristiansund HK	Mariam	Ali	Kantspiller venstre
Utleira	Liv Alva D.	Aspli	Kantspiller venstre
Byåsen	Dina	Salih	Kantspiller venstre
Charlottenlund	Karoline	Sether	Linjespiller
Junkereren	Nora	Sivertsen	Linjespiller
Byåsen	Nasib	Skei	Linjespiller
Byåsen	Andrea Schjetne	Aasen	Linjespiller
Utleira	Victoria Simavik	Andersen	Målvakt
Byåsen	Filippa Skogstad	Antonsen	Målvakt
Molde BK	Tina H.	Holen	Målvakt
Byåsen	Frida Molaup	Selnes	Målvakt

SMS er sendt til de innkalte spillerne.

Vi ønsker å vurdere spillere som utvikler seg i løpet av sesongen. Har du noen innspill eller aktuelle, send en mail til Victoria Koen ([victoria.koen@handball.no](mailto:victoria.koen@handball.no)), og merk eposten "RLM J05", så vil det bli vurdert om spilleren skal kalles inn.