

**INNKALLING TIL SAMLING FOR
REGIONALT LANDSLAG I NHF REGION ØST FOR SPILLERE FØDT 02.**

Du er en av de som er plukket ut til å være med på regionalt landslags samling jenter 02

Samlingen avholdes, som dags samling og uttatte spillere må søke fri fra skole:

Klokkeslett	Dato	Sted	LKY trenere	Regionale trenere
kl.10.00-16.00	30.01.2020	Frogner Idrettspark	Tonje Larsen	Ellen B. Oftedal/ Ane Mällberg

Fremmøte 30. min før samling ferdig skiftet.

Følgende spillere innkalles:

Fornavn	Etternavn	Født. År	Posisjon	Klubbnavn
Neah Pernille	Lynghjem	2003	Bakspiller	Oppsal
Hanna	Gåsvær	2003	Bakspiller	Ullern
Majra Isabella	Mitrovic	2002	Bakspiller	Haslum
Martine	Mork	2003	Bakspiller	Ullern
Solveig Aashaug	Stangvik	2003	Bakspiller, venstre	Nit/Hak
Marie	Munthe	2003	Bakspiller, høyre	Fjellhammer
Ingeborg	Brøste Fossnes	2002	Bakspiller, høyre	Follo
Sandra	Skauen	2002	Bakspiller, høyre	Fredrikstad
Silje	Alvestad	2002	Bakspiller, høyre	Follo
Henriette	Jack Larsen	2002	Bakspiller, midt	Fjellhammer
Nora	Benjaminsen Lilleng	2002	Bakspiller, midt	Rælingen
Frida	Brandbu Andersen	2002	Bakspiller, midt	Fredrikstad
Mari	Myrland	2002	Bakspiller, midt	Ullern
Eline	Gerø	2002	Bakspiller, venstre	Fjellhammer
Selma Helen	Henriksen	2002	Flerposisjon	Fredrikstad
Mari	Nilsen Solberg	2002	Flerposisjon, høyre	Follo
Tiril	Sørensen	2002	Kantspiller, høyre	Sarpsborg
Maren	Sundell	2003	Kantspiller, høyre	Sarpsborg
Tuva	Thulin	2002	Kantspiller, venstre	Fredrikstad
Emilie	Gressmo	2003	Kantspiller, venstre	Oppsal
Tiril Stubberud	Hagen	2002	Kantspiller, venstre	Fjellhammer
Sara Helena	Benterud	2002	Linjespiller	Fjellhammer
Ingrid Kristine	Syversen	2002	Linjespiller	Haslum
Emilie	Hellebust	2003	Linjespiller	Ullern
Emilie	Hansen Taha	2002	Målvakt	Sarpsborg
Jenny Sofie	Sundt Utne *	2002	Målvakt	Fredrikstad
Annmalie Lyngås	Skjelstad	2002	Målvakt	Aker TH
Sophie Amalie	Möbius Lindås	2002	Målvakt	Rælingen
Celine Madeleine	Amundsen **	2002	Målvakt	Fjellhammer

Forfall spiller * Nyspiller inn **

RESERVER

Eline Bratteberg	Steen	2002	Linjespiller	Sarpsborg
Sanna	Lind Betten	2002	Bakspiller, venstre	Nit/Hak
Isabel	Gunnerød	2002	Bakspiller	Stabæk

Mia	Kvithyll	2003	Bakspiller, høyre	HK Eidsberg
Sofie	Gaustad	2002	Bakspiller, venstre	Follo
Oda Caroline	Mørk	2003	Bakspiller, høyre	Ullern
Alexandra	Mandic	2002	Linjespiller	Follo
Mariah	Lam Spikkerud	2003	Bakspiller	Haslum
Mia Kristiane	Hokstad	2003	Bakspiller, venstre	Nit/Hak

SKADE/OPPTRENING

Lea	Tidemann Stenvik	2003	Bakspiller	Follo
Rikke	Midtfjeld	2002	Kantspiller, høyre	Aker TH

Husk å ta med; Ball, drikkeflaske , en hvit og en mørk t skjorte/drakt og mat

Adresse til Frogner hallen: Trondheimsvegen 350, 2016 Frogner

Hallen ligger 5 min fra togstasjonen (Rute: L13 – Drammen–Asker–Oslo S–Lillestrøm–Dal).

Trenere oppfordres til å møte på samlingen!

Innkallingene går til klubber som må sørge for at spillere får beskjed.

Klubbene må påse at spillere i egen klubb har fått beskjed!

Selv om det er satt opp en halvårsplan 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 min. 2 uker før samling.

Bespising

Alle spillerne må ha med seg matpakke og frukt selv. Det er viktig at alle har med seg dette for å kunne yte bra innsats også på den andre økten!

Årsplan for samlinger

Her er årsplanen for samlingene for dette regionale miljøet;

Klokkeslett	Dato	Sted	LKY trenere	Regionale trenere
kl.10.00-16.00	19.09.2019	Frogner Idrettspark		Ellen B. Oftedal/ Ane Mällberg
kl.10.00-16.00	04.11.2019	Frogner Idrettspark	Tore Johansen	Ellen B. Oftedal/ Ane Mällberg
kl.10.00-16.00	30.01.2020	Frogner Idrettspark	Tonje Larsen	Ellen B. Oftedal/ Ane Mällberg
kl.10.00-16.00	12.03.2020	Frogner Idrettspark		Ellen B. Oftedal/ Ane Mällberg

Forfall til samling

Spillere som ikke kan delta for fullt skal melde forfall omgående eller senest en dag før samling til: anevictoria92@hotmail.com / mob: 45487792

Strømmen 28.01.2020

Med vennlig hilsen

NHF Region Øst

Tom Fokstuen

Spill og trening

459 06 571

tom.fokstuen@handball.no

Ellen Bredal Oftedal (trener)

Ane Mällberg (trener)