



**INNKALLING TIL SAMLING FOR  
REGIONALT LANDSLAG I NHF REGION ØST FOR SPILLERE FØDT 06.**

Du er en av de som er plukket ut til å være med på regionalt landslags samling Jenter 06

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

Klokkeslett	Dato	Sted	LKY trenere	Regionale trenere
Kl.09:00-15:00	15.02.2023	Nordstrand Arena	Ane/Gro	Gjøril/Anita

**Målvakts trener Reg: Adrian Ark Saastad**

**Fysisk trener Reg: Marius Auensen**

Fremmøte 30. min før samling ferdig skiftet.

**Følgende spillere innkalles:**

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb	Født
Julie	Ellingsen	Bakspiller høyre	Sarpsborg	2006
Ingelin	Raaen-Zapfee	Bakspiller høyre	Kjelsås	2007
Ella Tollisen	Leyland	Bakspiller høyre	Ullern	2006
Pernille Marie	Grønli	Bakspiller høyre	Ull/Kisa**	2006
Thilla	Langseth	Bakspiller midt	Tune	2007
Karoline Slørdahl	Conradi	Bakspiller midt	Kjelsås	2006
Eline	Eskild	Bakspiller midt	Kråkerøy IL	2007
Cornelia	Stenstrøm	Bakspiller midt	Stabæk	2007
Irma Bakke	Marstein	Bakspiller midt	Lillestrøm HK**	2007
Mia	Lersbryggen	Bakspiller venstre	Fjellhammer	2006
Mathilde Aas	Fjelddalen	Bakspiller venstre	Haslum	2006
Regine	Nekstad	Bakspiller venstre	Kråkerøy IL	2006
Marlen	Enghaug	Kantspiller høyre	Sarpsborg	2006
Annika Skjøld	Henriksen	Kantspiller høyre	Langhus IL**	2006
Line Strand-Larsen	Strand-Larsen	Kantspiller venstre	Sarpsborg	2006
Milla Haugerstu	Breen	Kantspiller venstre	Ull/Kisa	2006
Pernille	Skovgaard	Kantspiller venstre	Skedsmo HK	2007
Sanna Bergli	Jauert	Linjespiller	Sarpsborg	2006
Charlotte	Elisenberg	Linjespiller	Nordstrand	2006
Maja	Leinan	Linjespiller	Lørenskog	2007
Julie Victoria	Nordevall	Målvakt	Kråkerøy IL	2006
Alva Bjanes	Iversen	Målvakt	Haslum IL	2006
Malin	Wasbrekke	Målvakt	Lørenskog	2006
Kaja Berg	Fokstuen	Målvakt	Nordstrand**	2006

**\*\*Ny inn**

**Forfall/skadet/syk**

Hennie Nygård	Hellebust	Målvakt	Haslum IL	2006
Elvira	Rensmoen	Kantspiller høyre	Fjellhammer	2007
Martine	Brekke	Kantspiller høyre	Nordstrand	2006
Nora	Thorsell	Bakspiller høyre	Nordstrand	2006
Mira Eleonore	Thorstensen	Bakspiller, høyre	Kolbotn IL	2006
Anniken Maria	Monsen	Bakspiller venstre	Sarpsborg	2006
Myra Ester	Mariedatter	Kantspiller, høyre	Østsiden IL	2007



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

Selv om det blir 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 Ca. 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!

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

**Adresse til Nordstrand Arena:** Oberst Rodes vei 79, 1165 Oslo

**Parkering:** Parkeringshus under Nordstrand Arena

Trenere oppfordres til å møte på samlingen!

**Årsplan for samlinger kommer**

Her kommer det en årsplan for samlingene for dette regionale miljøet. 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 ca. 2 uker før samling.

Klokkeslett	Dato	Sted	LKY trenere	Regionale trenere
Kl.09:00-15:00	19.04.2023	Nordstrand Arena		Gjøril/Kjetil

**Forfall:**

- Er du for tiden skadet skal du melde forfall

Eventuelle melding om skade/sykdom varsles Tom Fokstuen pr epost

[tom.fokstuen@handball.no](mailto:tom.fokstuen@handball.no) . Merk eposten «forfall Regionalsamling J0607»

Med kopi til: Kjetil Teigen Rennesvik [Kjetil.rennesvik@hotmail.com](mailto:Kjetil.rennesvik@hotmail.com) eller på Mob: 98674533

**Innrapportering av nye spillere**

Vi er åpne for å vurdere spillere som utvikler seg i løpet av sesongen. Send en mail til Region (Merk i emnefeltet: Spiller RLK 0607) [nhf.ron@handball.no](mailto:nhf.ron@handball.no) , så vil det bli vurdert om spilleren skal kalles inn.

Strømmen 06.02.2023

**Oppdatert** 16.02.2023

Med vennlig hilsen

NHF Region Øst

Tom Fokstuen

[tom.fokstuen@handball.no](mailto:tom.fokstuen@handball.no)

Spill og trening

459 06 571

Anita Hokstad (vikar for Kjetil)

(trener)

Gjøril Anett Johnson Solberg

(trener)