

INNKALLING TIL REGIONAL LANDSLAGSSAMLING JENTER FØDT 2008

Samlingen avholdes som dagsamling og innkalte spillere må søke fri fra skole

Dato	Klokkeslett	Sted	LKY trenere	Regionale trenere
14.09.23	Kl.09:00-15:00	Nordstrand Arena	Bente / Tore	Ida / Anne

Målvaktstrener Reg: Thea Granlund **Fysisk trener Reg:** Zoë van der Weel

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

Fremmøte 30. min før samling ferdig skiftet

Norges Håndballforbund Region Øst har tatt ut følgende spillere til samlingen:

Navn	Spillplass	Klubb	Født
Ada Granvik Glende*	Bakspiller	Ås IL	2008
Casandra Håkonsen Storhagen	Bakspiller	Ullensaker/Kisa IL	2008
Elisa Gunnerød	Bakspiller	Haslum IL	2008
Hedda Skovli	Bakspiller	Haslum IL	2008
Ida Olavesen	Bakspiller	HK Rygge	2008
Marie Lutro Allison	Bakspiller	Kjelsås IL	2008
Sina Marie Frogner	Bakspiller	Kolbotn IL	2008
Sophie Berg Utaker	Bakspiller	HK Rygge	2008
Victoria Santamaria	Bakspiller	Kolbotn IL	2008
Maja Borkovskaja-Andreassen	Bakspiller	Tindlund IF	2008
Natalia Unni Webjørnsen	Bakspiller	Tindlund IF	2008
Madelen Fjell Gjeisklid	Bakspiller, høyre	Ullensaker/Kisa IL	2008
Marielle Bergersen Fjeld	Bakspiller, høyre	Lillestrøm HK	2008
Alma Schjenken Ullereng	Kantspiller høyre	Kjelsås IL	2008
Mina Dancke Markussen	Kantspiller høyre	Kolbotn IL	2008
Ida Marie L´Orange	Kantspiller venstre	Fjellhammer IL	2008
Malin Karlsrud-Josephson	Kantspiller venstre	Nordstrand IF	2008
Selma Kongstein	Kantspiller venstre	Kjelsås IL	2008
Sofie Wiborg	Kantspiller venstre	HK Rygge	2008
Enja Louise Larsen Molvig	Linjespiller	HK Rygge	2008
Isabell Stanger Amundrød	Linjespiller	Fet IL	2008
Minja Savic	Linjespiller	Kolbotn IL	2008
Sephora Kodila Eknes	Linjespiller	Kjelsås IL	2008
Elise Bergersen Jensen	Målvakt	Kolbotn IL	2008
Erle Hoel Olsen	Målvakt	HK Rygge	2008
Karoline Bakken*	Målvakt	Sarpsborg IL	2008
Mathilde Sandberg	Målvakt	Haslum IL	2008

*Ny spiller inn

Forfall:

Navn	Spillplass	Klubb	Født
Emma Sjøli Fritzvold***	Bakspiller	Haslum IL	2008
Kristin Nagel Gravning**	Målvakt	Torp IF	2008

Skoletur *Skadet



Statusrapport:

Evt. melding om **skade/sykdom eller forfall**, meldes personlig til REG08-trenere **Ida Marie Wernersen** og/eller **Anette Haviken-Bjørge**.

Spillere som ikke kan delta for fullt i trening, må umiddelbart informere om dette til **Ida** på tlf. 97140410 og/eller **Anne** på tlf. 90572169

Ta med:

Treningstøy til begge treningene (gjerne klubbdrakt/t-skjorte), håndkle, flaske, ute/innesko, håndball, skrivesaker og notatblokk.

Bespising:

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

Program for samlingen:

Dato	Klokkeslett	Aktivitet
14.09	Kl.09:00-11:00	Håndballtrening
14.09	Kl.11:00-13:00	Lunsj og Teori (ca.30min)
14.09	Kl.13:00-14:00 Kl.14:00-15:00	Håndballtrening (1/2 gruppe) / fysisk trening (1/2gruppe)

Strømmen 04.09.2023

Oppdatert 11.09.2023

Med vennlig hilsen

Ida Marie Wernersen
Trener
Tlf. 97140410
osteopat.ida@gmail.com

Anne Haviken-Bjørge
Trener
Tlf. 90572169
annehaviken.bjorge@gmail.com

Trine Sneeggen Fors
NHF Region Øst Spill & Trening
Tlf. 91372361
Trine.sneeggenfors@handball.no