

INFOSKRIV 2- RT19

ENDELING UTTAK REGIONAL TALENTSAMLING NHF REGION ØST J14 FØDT I 2004

Du er en av de som er plukket ut til å være med regional talentsamling for jenter og gutter født i 2004. Dette er en tre dagers samling og innkalte spillere må søke fri fra skolen fredag 14. juni!

Samlingene avholdes:

Dato: 14. - 16. juni 2019

Sted: Rakkestadhallen

Uttak:

Vi har stor forståelse for opplevelsen av skuffelse når man ikke står i denne innkallingen. I løpet av spillerutviklingen vår denne sesongen har over 360 jenter fått vise seg frem på en eller flere samlinger. Spillerutviklerne har gitt spillerne en score og rangert disse ut fra SPU-øktene spillerne har deltatt på. Spillere i bruttotroppen fikk tilsendt et skjema de skulle svare på og da vi tok vekk spillere som ikke hadde anledning til å delta samt spillere som ikke har svart på skjemaet som ble sendt ut 13. mai, satt vi like fullt igjen med for mange spillere i forhold til antallet som vi har plass til på talentsamlingen.

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

Klubbytter er oppdatert etter svar i skjema

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Andrea Marie	Wernersen-Høydahl	Bakspiller	Sarpsborg IL
Bibi	Aandewiel	Bakspiller	Furuset Håndball IF
Christine	Lassen	Bakspiller	Lørenskog HK
Emilie Marie	Wibe	Bakspiller	Halden HF
Emily	Andersen	Bakspiller	Oppsal IF
Emma Linnea Bøe	Skarpnord	Bakspiller	Sarpsborg IL
Ida	Løken Aamodt	Bakspiller	HK Eidsberg
Julie	Karlsrud	Bakspiller	Lillestrøm HK
Katrine	Samuelsen	Bakspiller	Tindlund IF
Leah Ratvik	Berger	Bakspiller	Fjellhammer IL
Lina Longva	Eriksen	Bakspiller	Haslum IL
Liv	Melheim	Bakspiller	Lillestrøm HK
Martine	Mikkelsen	Bakspiller	Ullensaker/Kisa IL
Mille Hjerpseth	Arvesen	Bakspiller	Bækkelaget SK
Mina Roalkvam	Titlestad	Bakspiller	Tune IL
Nora	Fajfric	Bakspiller	Furuset Håndball IF
Oda	Gjeisklid	Bakspiller	Ullensaker/Kisa IL
Pernille Elisabeth Skonnord	Hansen	Bakspiller	Ski IL
Sara	Bergsland	Bakspiller	Jardar
Sara	Lauritzen	Bakspiller	Halden HF

Selma Maria	Paulsrud	Bakspiller	Ski IL
Sofie Donna Aasland	Lae	Bakspiller	Oppsal IF
Susanne	Torhaug	Bakspiller	Jar IL
Synne	J.L. Eriksen	Bakspiller	Tveter HK
Synnøve Lind	Edvardsen	Bakspiller	Halden HF
Teoline Dahlsveen	Gjersrud	Bakspiller	Kolbotn IL
Tilde Wilhelmsen	Grønvold	Bakspiller	Haslum IL
Vår	Johansen	Bakspiller	Skiptvet IL
Caroline	Karlsen	Bakspiller, høyre	Skiptvet IL
Emma Egge	Edner	Bakspiller, høyre	Langhus IL
Karoline Emelie	Espe	Bakspiller, høyre	NIT/HAK
Madelen	Zimmermann Ramberg	Bakspiller, høyre	Tindlund IF
Sigrid	Totlund	Bakspiller, høyre	Nannestad IL
Sigrid Nyland	Grønvik	Bakspiller, høyre	Kråkerøy IL
Silje	Andresen	Bakspiller, høyre	Høland IL
Victoria	Neverdal	Bakspiller, høyre	Kolbotn IL
Vilde	Rønhovde	Bakspiller, høyre	Lommedalens IL
Emilie	Hattestad	Bakspiller, midt	Kolbotn IL
Hannah	Havnås	Bakspiller, midt	Bjørkelangen SF
Ida Maryam	Thysse-Baki	Bakspiller, midt	Kjelsås IL
Konstanse Nilsen	Stang	Bakspiller, midt	Tindlund IF
Marte Rake	Knutsen	Bakspiller, midt	SSK Skjetten
Marthe Bjørnson	Ulvåknippa	Bakspiller, midt	Fjellhammer IL
Martine	Lund	Bakspiller, midt	Furuset Håndball IF
Sarah	H. Hansen	Bakspiller, midt	Tveter HK
Tuva Marie	Mørk	Bakspiller, midt	Skiptvet IL
Amalie	Torp Løkkeberg	Bakspiller, midt	Østsiden IL
Linn Nhat	Hua	Bakspiller, midt	SSK Skjetten
Maya Christin	Kristiansen	Bakspiller, midt	Skedsmo HK
Amalie	Bråthen	Bakspiller, venstre	Njård
Emilie Moe	Bergskaug	Bakspiller, venstre	Langhus IL
Ida	Korslund	Bakspiller, venstre	Furuset Håndball IF
Ine Matilde	Jensvoll-Johnsen	Bakspiller, venstre	Tindlund IF
Ingrid Xavier	Slettebakken	Bakspiller, venstre	Vålerenga IF
Julie Sårheim	Nesteby	Bakspiller, venstre	Fet IL
Nora	Blakstad	Bakspiller, venstre	Oppsal IF
Harrieth Toft	Nordrum	Bakspiller, venstre	Kråkerøy IL
Maria Kaugerud	Pettersen	Flerposisjonsspiller, venstre	Sarpsborg IL
Stella Stedje	Waagan	Flerposisjonsspiller, venstre	Oppsal IF
Thea	Hansen	Flerposisjonsspiller, venstre	Østsiden IL

Una Edholm	Straith	Flerposisjonsspiller, venstre	Oppsal IF
Amalie Tidemandsen	Haram	Kantspiller, høyre	Langhus IL
Bessem	Madika	Kantspiller, høyre	Eidsvoll IF
Dina	Zagragja	Kantspiller, høyre	Furuset Håndball IF
Emmanuella	Amoateng	Kantspiller, høyre	SSK Skjetten
Linnea Rein	Moe	Kantspiller, høyre	Skedsmo HK
Oda	Skar	Kantspiller, høyre	Kjelsås IL
Stine	Wiberg	Kantspiller, høyre	Øvrevoll Hosle IL
Amalie	Martinsen Raadim	Kantspiller, venstre	Lillestrøm HK
Ea	Steinberg	Kantspiller, venstre	Ellingsrud IL
Ingrid Olsen	Melsnes	Kantspiller, venstre	SSK Skjetten
Jessica Günther	Olsen	Kantspiller, venstre	Tindlund IF
Maren	Karlstad	Kantspiller, venstre	Skedsmo HK
Mathea	Risberg	Kantspiller, venstre	NIT/HAK
Selin	Kamburce	Kantspiller, venstre	Skedsmo HK
Vibeke	Thorstensen	Kantspiller, venstre	Langhus IL
Anette	Rusten	Linjespiller	Ski IL
Aurora Linløkken	Pettersen	Linjespiller	NIT/HAK
Emma Martine	Marsdal	Linjespiller	Jar IL
Emma Moberg	Myhre	Linjespiller	Drøbak/Frogn
Johanne Hovde	Helgesen	Linjespiller	Asker Håndball
Klara Saastad	Haugan	Linjespiller	Kjelsås IL
Kristine Sofie Sæther	Grøttum	Linjespiller	Skedsmo HK
Maria Margaretha Rodin	Mikaelsen	Linjespiller	Ski IL
Marie	Kolberg	Linjespiller	Askim IF
Mina Bie	Fjeldstad	Linjespiller	Furuset Håndball IF
Tyra Elise	Fjellvang	Linjespiller	Sarpsborg IL
Vida Lill	Hermansen	Linjespiller	Vestby HK
Emma Celine	Grøndahl	Målvakt	Furuset IF Håndball
Hedda	Feltman	Målvakt	Øvrevoll Hosle IL
Helena Gea Sørli	Selvik	Målvakt	Ski IL
Ida	Wall Bakken	Målvakt	Bækkelaget SK
Julie Jøsok	Holstad	Målvakt	Lørenskog HK
Kaja Søberg	Arnesen	Målvakt	Kråkerøy IL
Kathinka	Hovde	Målvakt	Skedsmo HK
Kristine	Hosøy	Målvakt	Eidsvoll IF
Melissa Tranekær	Maabjerg	Målvakt	Kjelsås IL
Mia Emilie	Horn	Målvakt	Lillestrøm HK
Sarah Felicia	Mathisen	Målvakt	Sarpsborg IL
Thea Asplund	Thun	Målvakt	Langhus IL

Forfall grunnet sykdom/skade eller annet:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb	Forfall meldt
Sine	Madsen-Kaarød	Bakspiller	Bækkelaget SK	26.05.19
Malin Nicoline Borgersen	Eik	Kantspiller, venstre	Bækkelaget SK	02.06.19
Josefine Lintho	Ekeberg	Bakspiller	HK Trøgstad 97	04.06.19
Emma	Kahn	Bakspiller	Ullensaker/Kisa IL	11.06.19
Aslaug	Stavrum	Kantspiller, venstre	Bækkelaget SK	11.06.19

Statusrapport:

Det er ønskelig at innkalte spillere er skadefri på denne samlingen.

Eventuell melding om **skade/sykdom** eller **forfall**, må umiddelbart varsles **NHF Region Øst**,
nhf.ron@handball.no.

Tilreise/ hjemreise:

Alle innkalte spillere ordner selv transport til /fra samlingen i Rakkestad.

Innkvartering:

Rakkestadhallen

Skoleveien 12, 1890 Rakkestad ([Kartlenke Rakkestadhallen](#))

Ta med / pakkeliste:

- Håndkle.
- Toalettsaker.
- Håndballutstyr (sko, knebeskyttere, 2er ball osv.).
- Drikkeflaske
- Nok treningstøy (shorts og t-skjorter) til flere økter.
- Klær til utenom trenings aktivitet.
- Innesko til utenom treningsaktiviteten (anbefaler å bruke slippers).
- Feltseng/ Enkel madrass.
NB! Bruker man de store blå madrassene **må** det ligge to personer på dem (pga. plass).
- Sovepose/ dyne og evt. pute.

Detaljert program med tidspunkt for hver gruppe og gruppeinndeling publiseres i infoskriv 3, to uker før samling.

Fredag 14.06.19

15:00 **Oppmøte og registrering i Rakkestadhallen**

* Trening

* Teori – mental trening

* Middag

Lørdag 15.06.19

- * Frokost
- * Trening
- * Lunsj

- * Trening
- * Middag
- 19:15 Sosialt / EHF Euro Cup Norge- Spania på storskjerm

Søndag 16.06.19

- * Frokost
- * Trening
- * Lunsj
- 12:30 Teori - inspirasjon
- * Trening
- * Brødmal før hjemreise
- 17:00 **Samling slutt**

Matallergier:

Har du ikke meldt inn matallergi/ intoleranser i skjemaet tidligere ber vi deg melde fra til regionskontoret per epost nhf.ron@handball.no senest 14 dager før samling. **MERK eposten:**
Regional Talentsamling- allergi.

Ren utøver:

Alle som skal delta på Regional Talentsamling 14.06 – 16-06 2019 skal ha gjennomgå e-læringsprogrammet "Ren utøver". Det tar ca. 30 minutter å gjennomføre alle modulene. Når du har fullført alle modulene, vil dette bli registrert og du vil motta et diplom på e-post.

[Ta e-læringsprogrammet Ren Utøver her](#)

Man trenger ikke gjennomføre denne på nytt dersom du har tatt denne i inneværende sesong!

Strømmen 20.05.2019

Sist endret 12.06.2019

Med vennlig hilsen

NHF Region Øst
Trine Sneeggen Fors
Spill og trening
Tlf. 91372361

Trine.SneeggenFors@handball.no