



INNKALLING TIL REGIONAL TALENTSAMLING NHF REGION ØST

Du er en av de som er plukket ut til å være med på Regional Talentsamling for jenter født i 2007. Dette er en tre dages samling, og innkalte spillere må søke seg fri fra hele eller deler av skoledagen 17. juni 2022. Hver gruppe følger sin egen kjøreplan og gruppene trener, bor og spiser sammen denne helgen. Spillerne har fått epost med spillerinformasjon, detaljert kjøreplan og gruppeinndeling.

Samlingen avholdes:

Dato: 17.-19. juni 2022

Sted: Rakkestadhallen

Spillere som deltar på samlingen:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubblag
Adele	Braathu	Bakspiller	HK Rygge*
Alexandra	Muri	Bakspiller	Stabæk Håndball
Christell Moore	Øvstetun	Bakspiller	Lillestrøm HK
Cleopatra Pha	Forsther	Bakspiller	Degernes IL
Frida	Westli	Bakspiller	Lillestrøm HK
Irem	Kahveci	Bakspiller	Fjellhammer IL
Marthe Oline	Løvvig	Bakspiller	Østsiden IL
Pernille	Martinsen	Bakspiller	Skiptvet IL
Mathilde Guttormsen	Langvik	Bakspiller	Bækkelagets SK
Agnes Heisholdt	Andresen	Bakspiller	Nannestad IL
Aurora Haltbrekken	Burkeland	Bakspiller	Monolitten IL
Eline Aamodt	Skagseth	Bakspiller	Ås IL
Helene Zbib	Dammen	Bakspiller	Nannestad IL
Irma Bakke	Marstein	Bakspiller	Lillestrøm HK
Nora-Marie	Brynildsen	Bakspiller	Tveter HK
Aurora	Syla	Bakspiller (Bv, Bm)	Bjørndal IL
Beatrice	Berg	Bakspiller (Bv, Bm)	Lillestrøm HK
Celine Solberg	Andersen	Bakspiller (Bv, Bm)	Oppegård
Elise	Trinborg	Bakspiller (Bv, Bm)	Degernes IL
Emma Daae	Korsæth	Bakspiller (Bv, Bm)	Skogstrand IL
Filippa	Andersen	Bakspiller (Bv, Bm)	Oppsal
Frida Rosslund	Eidberg	Bakspiller (Bv, Bm)	Bækkelagets SK
Isabelle Bergerud	Johannisson	Bakspiller (Bv, Bm)	Ull/Kisa
Madelen Gjerald	Ulleland	Bakspiller (Bv, Bm)	Lørenskog HK
Maia Nakkim	Storm	Bakspiller (Bv, Bm)	Fjellhammer IL
Maja Amundsen	Westby	Bakspiller (Bv, Bm)	Bækkelagets SK
Mia Bekken	Bjørndal	Bakspiller (Bv, Bm)	Nesodden HK
Selma Ellingjord	Celik	Bakspiller (Bv, Bm)	Sinsen-Refstad
Thilla Karoline	Langseth	Bakspiller (Bv, Bm)	Vestby HK
Thea Ellen	Løfstedt	Bakspiller, høyre	Nordstrand IF
Eline	Eskild	Bakspiller, midt	Kragerø IL*
Maja Syversen	Bergseng	Bakspiller, midt	Siggerud IL
Maria Weng	Stokkeland	Bakspiller, midt	Fjellhammer IL



Mathilde Gran	Søgstad	Bakspiller, midt	Stabæk Håndball
Sara Benedicte	Barbosa	Bakspiller, midt	Nordstrand IF
Sarah Emine Svendsen	Spange	Bakspiller, midt	Tveter hk
Julie	Hals	Bakspiller, venstre	Kråkerøy IL*
Mia	Stokka	Bakspiller, venstre	Kjelsås IL
Nora	Johannessen	Bakspiller, venstre	Nesodden HK
Thea Emilie	Henriksen	Bakspiller, venstre	Tveter HK
Tomine	Tangen	Bakspiller, venstre	Sarpsborg IL
Una	Bulovan	Bakspiller, venstre	Stabæk Håndball
Vanessa	Bergstad	Bakspiller, venstre	Skedsmo HK
Myra Ester	Mariedatter	Flerposisjonsspiller (Bh, Bm)	Østsiden IL
Elvira	Rensmoen	Flerposisjonsspiller (Bh, Bm, Kh)	Fjellhammer IL
Amalie Megaard	Jacobsen	Flerposisjonsspiller (Bh, Kh)	Kråkerøy IL
Astrid Linnea	Lundberg	Flerposisjonsspiller (Bh, Kh)	Nordstrand IF
Malin	Haugen	Flerposisjonsspiller (Bh, Kh)	Siggerud IL
Nehir	Dincer	Flerposisjonsspiller (Bh, Kh)	Fjellhammer IL
Vanessa Bråten	Gulbrandsen	Flerposisjonsspiller (Bh, Kh)	Sinsen-Refstad
Sarah Marlen	Petrick	Flerposisjonsspiller (Bh, Kh, Ls)	Vestby HK
Vilje Frøland	Johansen	Flerposisjonsspiller (Bm, Kv)	Skiptvet IL
Ailen Mydland	Skogstad	Flerposisjonsspiller (Bs, Kv)	Monolitten IL
Blerina	Alijaj	Flerposisjonsspiller (Bs, Kv)	Oppsal
Ellen	Brandt	Flerposisjonsspiller (Bs, Kv)	Ullern Håndball
Karitas Isold	Birgisdottir	Flerposisjonsspiller (Bs, Kv)	Ski IL
Marthe Aasland	Lae	Flerposisjonsspiller (Bs, Kv)	Oppsal
Mira	Torp	Flerposisjonsspiller (Bs, Kv)	Kjelsås IL
Olivia	Børresen	Flerposisjonsspiller (Bs, Kv)	Lørenskog HK
Live	Sæther	Flerposisjonsspiller (Bs, Kv, Kh)	HK Trøgstad 97
Mari Marie	Dingstad	Flerposisjonsspiller (Bs, Kv)	Ski IL*
Davina Lainey Tongnoma Tveito	Compaore	Flerposisjonsspiller (Bs, Ls)	Ås IL
Emilie Dahm	Simonsen	Flerposisjonsspiller (Bs, Ls)	Nannestad IL
Hansine Brune	Skorgevik	Flerposisjonsspiller (Bs, Ls)	Lillestrøm HK
Helene Frøshaug	Syversen	Flerposisjonsspiller (Bs, Ls)	Hk Trøgstad 97
Ranja Jakobsen	Myhre	Flerposisjonsspiller (Bs, Ls)	Ski IL*
Vilma Dahl	Kaartinen	Kantspiller	Stabæk Håndball
Jenny Halvorsrud	Syversen	Kantspiller (Kv, Kh)	Skiptvet IL
Emma	Aas	Kantspiller, høyre	Hk Herulf Moss
Hedda	Buskop	Kantspiller, høyre	Kråkerøy IL
Meline Fjeldheim	Sollibø	Kantspiller, høyre	Skedsmo HK
Ane Smestad	Li	Kantspiller, venstre	Kjelsås IL
Asli- Ayaan Mohamed	Hassan	Kantspiller, venstre	Sinsen-Refstad
Frida Meum	Brede	Kantspiller, venstre	Hk Herulf Moss
Guro Høstelend	Sundby	Kantspiller, venstre	Ås IL



Khehra Kaur	Dishaan	Kantspiller, venstre	Bækkelaget SK *
Lone	Hassel	Kantspiller, venstre	Vestby HK
Maja Evensen	Billing	Kantspiller, venstre	HK Rygge
Mina	Jacobsen	Kantspiller, venstre	Tveter HK
Pernille	Skovgaard	Kantspiller, venstre	Skedsmo HK
Selma	Vamnes	Kantspiller, venstre	Vestby HK
Vilma Jøsok	Holstad	Kantspiller, venstre	Lørenskog HK
Ella Olivia Stolpe	Karlsen	Kantspiller, venstre	Fjellhammer IL
Mia Mi Stavem	Amundsen	Kantspiller, venstre	Kråkerøy IL
Camilla	Sannerud	Linjespiller	Stabæk Håndball
Hedda Hvamstad	Skuterud	Linjespiller	Ås IL
Henriette Teslo	Skjefstad	Linjespiller	Kjelsås IL
Karianne Rislåa	Bjåland	Linjespiller	Hk Herulf Moss
Leah Emilie Mejia	Eriksen	Linjespiller	Nordstrand IF
Lone Frisell	Bjørnsen	Linjespiller	Ski IL
Maja	Leinan	Linjespiller	Lørenskog HK
Marte	Skaug	Linjespiller	Fjellhammer IL
Mathilde Stordal	Aalerud	Linjespiller	Tveter HK
Nora Loos	Rognstad	Linjespiller	Nannestad IL
Sara Kristine	Bøe-Pedersen	Linjespiller	Kråkerøy IL
Mia	Rydberg	Linjespiller	Lillestrøm HK
Amelia Helene	Nordquelle	Målvakt	Sinsen-Refstad
Anne Louise	Jensen	Målvakt	Sarpsborg IL
Cecilie	Sannerud	Målvakt	Stabæk Håndball
Ella Grace	Linden	Målvakt	Oppsal
Emma Spydevold	Johansen	Målvakt	Kråkerøy IL
Madelen Elisabeth	Grønberg	Målvakt	Østsidan IL
Mari Lian	Haugen	Målvakt	Lillestrøm HK
Maria Benedicte Nygaard	Tervoort	Målvakt	Fjellhammer IL
Marlén Aamodt	Brandt	Målvakt	Vestby HK
Synne Loos	Rognstad	Målvakt	Nannestad IL
Viktoria	Torkildsby-Reine	Målvakt	Bækkelagets SK

*Forfall

Oppmøte:

Fredag 17.06 kl.14.00 Rakkestadhallen

Hjemreise:

Søndag 19.06 ca. kl.18.00 Samling slutt/hjemreise

Innkvartering:

17.-19.06 Rakkestadhallen (Rakkestadhallen, Skoleveien 12, 1890 Rakkestad)

Tilreise/hjemreise:

Spillerne organiserer selv reise til/fra samling. Reiser du med bil, oppfordres det til samkjøring til samling om mulig.



Egenandel:

Egenandel pr spiller er 1 700 kr.

Ledelse:

Kjetil Teigen Rennesvik, Trener jenter
Gjøril Anett J. Solberg, Trener jenter
Simen Westegaard Larsen, Trener jenter
Vegar Ormaasen, Trener jenter (17.06-17.06)
Mads Aulin Gulbrandsen, Målvaktstrener
Nikolai Wiig, Målvaktstrener
Thea Granlund, Målvaktstrener (17.06-17.06)
Lasse Halaas, Beach trener (18.06-19.06)
Lars Sonerud, Beach trener (18.06-19.06)
Kyrre Vegard Johannesen, Fysisk trener (18.06-19.06)
Katarina Finckenhagen, Fysisk trener (18.06-19.06)
Anne Gommerud, Mental ressurs (17.06-17.06)
Pernille Sofie Lied, Fysioterapeut
Trine Sneeggen Fors, Team- administrator
Tom Fokstuen, Team- administrator
Marianne Aarønes, Team- administrator (17.06)

Program:

Fredag 17.06.22

- Brødmåltid
- Teori / håndballtrening
- Middag

Lørdag 11.12.21

- Frokost
- Håndballtrening / Fysisk trening eller Beach håndball
- Lunsj
- Fysisk trening eller Beach håndball / håndballtrening
- Middag

Søndag 12.12.21

- Frokost
- Håndballtrening / fysisk trening eller Beach håndball
- Lunsj
- Fysisk trening eller Beach håndball / håndballtrening
- Middag
- Samling slutt

Forfall:

Eventuell melding om **skade/sykdom** eller **forfall**, meldes til Trine Sneeggen Fors,
trine.sneeggenfors@handball.no

Ren utøver:

Alle som skal delta på Regional Talentsamling 17.-19. juni 2022 forplikter seg til å gjennomgå e-læringsprogrammet "Ren utøver". Det tar ca. 30 minutter å gjennomføre alle modulene. Når man har fullført alle modulene, vil dette bli registrert og du vil motta et diplom på e-post.

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

Strømmen 03.06.2022

Endret 21.06.2022

Med vennlig hilsen

Tom Fokstuen og Trine Sneeggen Fors

Seksjon Spill & Trening

Norges Håndballforbund Region Øst