

INNKALLING TIL SAMLING FOR SPILLERUTVIKLING NHF REGION ØST

Du er en av de som er plukket ut til å være med på samling i gruppen J15-1 for spillere født i 2006

Samling	Dato/Klokkeslett	Hall	Tema
2	22.11.21 Kl.19.00-21.00	Ekeberghallen	Individuell forsvarsteknikk utgruppert

Fremmøte 15.min før samling og ferdig skiftet til treningstart.

Innkalling av spillere til denne økten:

Navn	Spillplass	Klubb
Signe Dahl-Solheim	Bakspiller	Kjelsås IL*
Karoline Slørdahl-Conradi	Bakspiller	Kjelsås IL*
Othilie Liodden Holthe	Bakspiller	Kjelsås IL
Thea Frøvig	Bakspiller	Njård IL
Mia Marin	Bakspiller, høyre	Bækkelaget*
Ingrid Hagberg	Bakspiller, høyre	Fet IL
Mira Eleonore Thorstensen	Bakspiller, høyre	Kolbotn IL
Ida Østli	Bakspiller, midt	Bækkelaget
Kristine Bauer Jacobsen	Bakspiller, midt	Bækkelaget
Marion Børsheim Dahl	Bakspiller, midt	Fet IL
Dounia Chikh	Bakspiller, midt	Kolbotn IL*
Madelen Thorstensen	Bakspiller, midt	Njård IL*
Henriette Kvarud	Bakspiller, venstre	Bækkelaget
Helena Utgårdsløkken	Bakspiller, venstre	Fet IL
Sarah Hengseng Eliassen	Bakspiller, venstre	Kolbotn IL
Helene Ona Sjøvold	Bakspiller, venstre	Kolbotn IL
Rebekka Bratberg	Bakspiller, venstre	Ski IL*
Julie Løken	Flerposisjons-spiller	Bækkelaget
Julie Hotvedt	Flerposisjons-spiller	Jardar IL
Ingrid Øen	Flerposisjons-spiller	Kjelsås IL+
Sofia Solli	Flerposisjons-spiller	Njård IL*
Charlotte Pram Berger	Kantspiller, høyre	Bækkelaget
Iva Tomasevic	Kantspiller, venstre	Bækkelaget
Ingerid Tande-Elton	Kantspiller, venstre	Kjelsås IL*
Maria Lunde-Østrem	Linjespiller	Fet IL
Ingeborg Jule Reid	Linjespiller	Kolbotn IL
Emilie Slapgård Mitchley	Linjespiller	Ski IL
Lotte Prøsch	Målvakt	Bækkelaget
Alexandra Tangen Løvland	Målvakt	Kolbotn IL
Kristine Bunæs Bang	Målvakt	Kolbotn IL
Kristina Synnøve Andersen	Målvakt	Njård IL*

*Forfall

Ting og huske til samling:

- Du skal stille i en mørk t-skjorte (sort/blå) og feste en tape bit med ditt navn på t-skjorten
- Ta med deg en lys t-skjorte som brukes som vest
- Ta med ball og drikkeflaske
- Ta med klister og klisterfjerner

Årsplan for samlinger:

Mer informasjon om spillerutvikling 15 år finner du på vår hjemmeside ved å trykke her:

[Spillerutvikling \(SPU\) 15år \(06\)](#)

Selv om det er satt opp en årsplan med samlinger, er det ikke gitt at alle spillere som er innkalt på sist samling – er med på neste. Innkalling publiseres senest ca. to uker før samling.

Forfall:

Eventuelle meldinger om skade/sykdom eller forfall varsles Trude Waagan per epost trude.waagan@gmail.com eller telefon 95032330, husk kopi til regionskontoret ved Trine Sneeggen Fors per epost trine.sneeggenfors@handball.no. Merk eposten «*Forfall SPU J15-1*»

Innrapportering spillere:

Vi er åpne for å vurdere spillere som utvikler seg i løpet av sesongen. Klubbtrener skal da sende en epost til på følgende epost adresse: trine.sneeggenfors@handball.no. Eposten skal inneholde navn på spiller samt utdypende informasjon om spillerens kvaliteter.

Strømmen 08.11.2021

Endret 22.11.2021

Med vennlig hilsen

NHF Region Øst
Trine Sneeggen Fors
Spill og trening
Tlf. 91372361
Trine.SneeggenFors@handball.no

Trenere Jenter 15-1
Trude Waagan
Marte Arnesen-Kirkemo