

## 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 J15-3 for spillere født i 2006

Samling	Dato/Klokkeslett	Hall	Tema
1	Torsdag 28.10.21 20.00-22.00	Ekeberghallen	Skudd og valgøvelser

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

### Innkalling av spillere til denne økten:

Navn	Spillplass	Klubb
Thea Elander	Bakspiller	Lørenskog HK*
Ida Dahlgren-Østby	Bakspiller	Lørenskog HK
Frederikke Arneberg	Bakspiller	Lørenskog HK
Julie Dahle	Bakspiller	NIT/HAK HK
Silje Solbakken	Bakspiller	Oppsal håndball
Jessica Løkke Kok	Bakspiller	Ull/Kisa
Matilda Godager Aasen	Bakspiller, høyre	Drøbak-Frogn
Pernille Marie Grønli	Bakspiller, høyre	Ull/Kisa
Ella Tollisen Leyland	Bakspiller, høyre	Ullern
Maja Zakula	Bakspiller, midt	Frogner IL
Anneli Hosøy	Bakspiller, midt	Ull/Kisa
Lotte Sofie Blindheim	Bakspiller, midt	Ullern
Frida Romestrand Halvorsen	Bakspiller, venstre	Siggerud IL
Anna-Karin Tangerud van der Hagen	Flerposisjons-spiller	Frogner IL
Amalie Mortensen Torbal	Flerposisjons-spiller	Høybråten Stovner
Tuva Flatås	Flerposisjons-spiller	Lørenskog HK
Mia Hansen	Flerposisjons-spiller	Lørenskog HK*
Sara Apisara Grafsrønningen	Flerposisjons-spiller	NIT/HAK HK
Diona Dresh	Flerposisjons-spiller	Oppegård
Ylvi Elisabeth Iversen	Flerposisjons-spiller	Siggerud IL
Julia Tveraaen Moen	Flerposisjons-spiller	SSK Skjetten
Helene Mathiesen	Flerposisjons-spiller	SSK Skjetten
Isabell Ulleland	Kantspiller, venstre	Lørenskog HK **
Andrea Mengoumou Lynne	Kantspiller, venstre	Oppsal håndball
Julie Aurora Borge	Linjespiller	Lørenskog HK
Stine Jordet Fergem	Linjespiller	Oppsal håndball
Emma Pigere	Linjespiller	Ull/Kisa
Amanda Løkke Kok	Linjespiller	Ull/Kisa
Hedvig Thrane-Steen Røkke	Linjespiller	Ullern
Marthea Otnem Stenerud	Målvakt	Drøbak-Frogn
Ella Christine Bruce-Bustnes	Målvakt	Korsvoll Håndball
Malin Rustad Wasbrekke	Målvakt	Lørenskog HK
Maja Linnea Gulliksen	Målvakt	Oppsal håndball

\*Forfall

\*\*Ny spiller inn

### 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 Lasse Brevik per epost [Lasse.brevik@fibernet.net](mailto:Lasse.brevik@fibernet.net) eller telefon 48209692, husk kopi til regionskontoret ved Trine Sneeggen Fors per epost [trine.sneeggenfors@handball.no](mailto:trine.sneeggenfors@handball.no). Merk eposten «*Forfall SPU J15 -3*»

**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](mailto:trine.sneeggenfors@handball.no). Eposten skal inneholde navn på spiller samt utdypende informasjon om spillerens kvaliteter.

**Strømmen 12.10.2021**

**Endret 28.10.2021**

Med vennlig hilsen

NHF Region Øst  
Trine Sneeggen Fors  
Spill og trening  
Tlf. 91372361  
[Trine.SneeggenFors@handball.no](mailto:Trine.SneeggenFors@handball.no)

**Trenere Jenter 15-3**

Lasse Brevik  
Andreas Vinknes