

INNKALLING TIL TRENINGSSAMLING FOR J15 FØDT 2008

Du er en av de som er plukket ut til å være med på treningssamling for J15. Viktig å merke seg at denne samlingen er for jenter født i 2008.

Samlingene avholdes i:

Samling	Dato/Klokkeslett	Sted
Treningssamling J15	Lørdag 30.09.2023 kl.09:00-15:00 Gruppe 1, 3 og 5 Kl.09:00-15:00 (oppmøte 08:30) Gruppe 2 og 4 Kl. 11:00-17:00 (oppmøte 10:30) *Gruppeinndeling kommer torsdag 29.september	Oppsal Arena

På denne samlingen ønsker vi å skape gode forutsetninger for spilleren i utvikling, men vi forventer at spilleren selv utnytter og utfyller de rammene lagt av trenerne på samlingen. Vi forventer ikke ferdige håndballspillere, men vi forventer engasjement og utviklingsparate utøvere som ønsker å arbeide godt for å nå målene sine og videreutvikle seg i sitt miljø.

Praktisk informasjon om samlingen:

- Spillerne vil få to halløkter på denne samlingen og øktene ledes av våre spillerutviklere. Alle innkalte spillere vil deles i fem grupper og treningen vil foregå i tidsrommet 09.00-17.00. Det vil være ulik oppmøte- og sluttid for gruppene.
- Program, gruppeinndeling og oppmøtetidspunkt vil komme nærmere samling.
- Spillere som møter til samling skal være skadefri, og restituert fra tidligere skade.
- Alle spillerne skal være fri for sykdom og symptomer ved oppmøte.
- Still i klubbdrakt eller klubbtøy på treningene.
- Fest en tape bit med ditt navn godt synlig på drakt/ treningstrøye.
- Ball og drikkeflaske må medbringes.
- Ta med matpakke, drikke og frukt til påfyll mellom økter.
- Foresatte og klubbtrenerne kan overvære øktene fra tribune.

Forfall:

Eventuelle melding om skade/sykdom varsles Trine Sneeggen Fors per epost trine.sneeggenfors@handball.no. Merk eposten «forfall Treningssamling J15»

Publisert: 18.09.2023

Endret: 30.09.2023

Innkalling av spillere til denne samling 30.september:

Navn	Spillplass	Klubb
Ella Marie Ringerud Jahren	Linjespiller	Ammerud
Julia Stub Sellersjø	Flerposisjonsspiller (Bs, Kv)	Asker skiklubb
Thea Victoria Oskal Livingston	Linjespiller	Asker skiklubb
Elmine Tomter	Kantspiller, venstre	Askim IF
Mie Sofie Fjærvoll	Kantspiller, venstre	Askim IF**
Martine Melcher	Kantspiller, venstre	Bækkelaget SK*
Josefine Biermann Stenseth	Bakspiller	Bækkelaget SK*
Isabelle Horn Røeggen	Bakspiller, høyre	Bækkelaget SK*
Marta Grøtvedt	Bakspiller	Degernes IL**
Nelia Hultin	Bakspiller	Drøbak Frogn
Hanna Alexandra Haugan	Bakspiller, midt	Drøbak Frogn
Olivia Fimreite Fortes	Bakspiller, høyre	Ellingsrud IL
Iselin Arntzen Øpperud	Kantspiller, venstre	Ellingsrud IL*
Ime Lin Amundsen Steinberg	Linjespiller	Ellingsrud IL
Isabelle Fjellheim Bardalen	Målvakt	Ellingsrud IL*
Hannah Adele Borgting Solem	Bakspiller	Enebakk IF*
Olivia Braathen Munch	Flerposisjon (Kv, Bs)	Enebakk IF
Sofie Wahl	Bakspiller	Fet IL
Hannah Muthoni Gulbrandsen	Kantspiller, venstre	Fet IL
Isabel Stanger Amundrød	Linjespiller	Fet IL
Eva Ellingsen	Bakspiller	Fjellhammer IL
Isabell Lundqvist Kjos	Bakspiller	Fjellhammer IL
Isabelle Cecilia Lynum Lund	Bakspiller	Fjellhammer IL
Ida Marie L'Orange	Kantspiller, venstre	Fjellhammer IL
Ingrid Skattum Janssen	Målvakt	Fjellhammer IL
Kamilla Helland	Bakspiller	Fjellhammer IL
Ciara Haugen Evensen	Linjespiller	Fjellhammer IL**
Marielle Braathen	Bakspiller, midt	Frogner IL*
Ida Marie Myrbakk	Bakspiller, venstre	Frogner IL*
Ada Marie Wahlstrøm	Bakspiller	Halden HF
Oline Louise Gresvik	Kantspiller, venstre	Halden HF
Alysha Ria Alfred	Kantspiller, venstre	Hasle-Løren IL
Elisa Gunnerød	Bakspiller	Haslum IL
Emma Sjøli Fritzvold	Bakspiller	Haslum IL*
Hedda Skovli	Bakspiller	Haslum IL
Martine Rosåsen Halbakken	Bakspiller	Haslum IL
Mia Mikalsen	Bakspiller	Haslum IL
Ina Ødegård Sør-Reime	Kantspiller, høyre	Haslum IL*
Pernille Kristiansen	Kantspiller, venstre	Haslum IL*
Sophie Dahl-Myrvik	Kantspiller, venstre	Haslum IL
Fie Stenvadet Magnussen	Linjespiller	Haslum IL*
Mathilde Sandberg	Målvakt	Haslum IL
Synne Nuland	Flerposisjon (Kv, Bs)	Holmen IF*
Ida Olavesen	Bakspiller	HK Rygge*
Sophie Berg Utaker	Bakspiller	HK Rygge*
Sofie Wiborg	Kantspiller, venstre	HK Rygge*
Enja Louise Larsen Molvig	Linjespiller	HK Rygge*
Erle Hoel Olsen	Målvakt	HK Rygge*



Karoline Lang Lillehol	Bakspiller, midt	Høland idretts og UL
Vilde Gaarder	Flerposisjonsspiller (Bs, Kv)	Høland idretts og UL
Tuva Bastiansen Sabel	Flerposisjonsspiller (Bs, linje)	Høland idretts og UL*
Linnea Bergersen	Linjespiller	Høland idretts og UL
Isabel Celine Grimlid	Bakspiller, midt	Høybråten Stovner*
Ella Rymill Kaba	Bakspiller	IL Jardar
Ingrid Arnesen-Lerudsmoen	Målvakt	IL Jardar
Hedvig Schult Yli	Bakspiller	Jar IL
Ada Otilia Moholt	Kantspiller, venstre	Jar IL
Jenny Netland Øxnes	Målvakt	Jar IL**
Henny Saastad Haugan	Bakspiller	Kjelsås IL
Maria Lovise Sonerud	Bakspiller	Kjelsås IL
Marie Lutro Allison	Bakspiller	Kjelsås IL*
Mille Weng Furuseth	Flerposisjonsspiller (Bs, Kv)	Kjelsås IL
Alma Schjenken Ullereng	Kantspiller, høyre	Kjelsås IL
Selma Kongstein	Kantspiller, venstre	Kjelsås IL
Sephora Kodila Eknes	Linjespiller	Kjelsås IL
Sofie Steinnes-Eriksen	Målvakt	Kjelsås IL
Iman Mohamed Hassan	Bakspiller	Kjelsås IL**
Maya Ystenes	Målvakt	Kjelsås IL**
Agnes Jule Reid	Bakspiller	Kolbotn IL*
Ingrid Sønsterud-Kroken	Bakspiller	Kolbotn IL
Mari Jensen Tunes	Bakspiller	Kolbotn IL
Sina Marie Frogner	Bakspiller	Kolbotn IL*
Victoria Santamaria	Bakspiller	Kolbotn IL
Mina Dancke Markussen	Kantspiller, høyre	Kolbotn IL
Minja Savic	Linjespiller	Kolbotn IL
Elise Bergersen Jensen	Målvakt	Kolbotn IL
Maria Kolodyazhnaya	Bakspiller	Kolbotn IL
Siri Woxen	Bakspiller	Kolbotn IL
Wilma Eide Utter	Bakspiller	Kråkerøy IL
Aiya Lothe Haage	Bakspiller, midt	Kråkerøy IL
Silje Nordal	Bakspiller, midt	Kråkerøy IL
Mie Ørmen Jensen	Kantspiller, venstre	Kråkerøy IL*
Eline Dahl Edvinsen	Linjespiller	Kråkerøy IL
Hedda Kristine Holm	Målvakt	Kråkerøy IL
Mina Bjørnevaagen	Bakspiller, høyre	Lervik IF*
Mira Rikheim Antonsen	Flerposisjonsspiller (Bs, Kv)	Lervik IF
Emma Elvira Høeg	Bakspiller	Lillestrøm HK
Marielle Bergersen Fjeld	Bakspiller, høyre	Lillestrøm HK
Rithi Jebanathan	Kantspiller, høyre	Lillestrøm HK
Charlotte Ramberg Haging	Linjespiller	Lillestrøm HK
Sofija Rosic	Målvakt	Lillestrøm HK
Ingrid Olina Dugstad Heyerdahl	Bakspiller, midt	Monolitten IL
Melissa Sofie Werner Hjelmeland	Flerposisjonsspiller (Bv, Kv)	Monolitten IL*
Nicola Elvrum Buer	Kantspiller, høyre	Njård
Lani Helene Dolve	Kantspiller, venstre	Njård*
Linnea Budeng	Flerposisjonsspiller (Bh, Kh)	Nordstrand IF*
Line Nessheim	Kantspiller, høyre	Nordstrand IF
Malin Karlsrud-Josephson	Kantspiller, venstre	Nordstrand IF*

Lovise Lauritzen	Målvakt	Nordstrand IF
Ane Aabel Guriby	Linjespiller	Nordstrand IF**
Mathilde Mørk Fossen	Bakspiller	Oppsal
Line Gjeitrem Henriksen	Bakspiller, venstre	Oppsal
Linnea Østmo Karlsen	Linjespiller	Oppsal
Fride Haraldseid-Lund	Målvakt	Oppsal
Ibaa Mohammed Abdelhai	Bakspiller, midt	Oppsal IF**
Mathea Gulestø Brevik	Bakspiller, venstre	Rolvsøy IF
Freyja Sol Borge	Flerposisjon (Kv, Linjespiller)	Rolvsøy IF
Elvira Kovacevic	Målvakt	Rolvsøy IF
Helene Lunde Emilsen	Bakspiller, høyre	Sarpsborg IL*
Ida Kjøxrud Wang	Bakspiller, midt	Sarpsborg IL*
Mie Marie Bjørck-Forsberg	Kantspiller, venstre	Sarpsborg IL
Karoline Bakken	Målvakt	Sarpsborg IL
Amalie Kristine Ringsrød Evensen	Bakspiller	Sarpsborg IL
Alva Helene Gjerløw Johansen	Bakspiller, venstre	Sarpsborg IL*
Ingrid Bakken Pettersen	Bakspiller	Ski IL
Martine Aurora Hennem Grønvold	Bakspiller	Ski IL
Stella Grue Langset	Bakspiller, høyre	Ski IL
Johanne Kirkaune Sandven	Kantspiller, høyre	Ski IL
Live Høgden Mæle	Kantspiller, venstre	Ski IL*
Hermine Damengen Haraldsen	Bakspiller, midt	Søn Hk*
Celina Fransgjerde	Bakspiller, venstre	Søn Hk
Linea Eugenie Almvik	Bakspiller	Spydeberg IL
Emma Birkeland	Kantspiller, høyre	Spydeberg IL
Zohra Jelstrup	Målvakt	Spydeberg IL
Marie Bakkerud-Strand	Bakspiller, høyre	Spydeberg IL
Mia Emmerhoff Endsjø	Bakspiller	SSK Skjetten
Frida Tverraaen Moen	Bakspiller, venstre	SSK Skjetten
Ingeborg Østbak Hagen	Målvakt	SSK Skjetten
Cathy Hua	Kantspiller (Kv, Hh)	SSK Skjetten**
Linnea Lura	Kantspiller (Kv, Hh)	SSK Skjetten**
Ingrid Solnes	Bakspiller, høyre	Stabæk håndball
Alva Melby	Flerposisjonsspiller (Bs, Kv)	Stabæk håndball
Maja Borkovskaja-Andreassen	Bakspiller	Tindlund IF
Natalia Unni Webjørnsen	Bakspiller	Tindlund IF
Marthe Andersen Ringsrød	Bakspiller, venstre	Tindlund IF
Sanne Heidenberg Andersen	Bakspiller	Tindlund IF**
Synne Meland	Bakspiller, høyre	Torp IF
Emily Solberg	Kantspiller, høyre	Torp IF
Mari Holter Olsen	Kantspiller, høyre	Torp IF
Oda Ragnhild Bekker Olsen	Linjespiller	Torp IF*
Kristin Nagel Gravning	Målvakt	Torp IF
Emma Christine Iversen Norbeck	Bakspiller	Ullensaker/Kisa IL*
Cassandra Håkonsen Storhagen	Bakspiller	Ullensaker/Kisa IL*
Madelen Fjell Gjeisklid	Bakspiller, høyre	Ullensaker/Kisa IL*
Iselin Nyborg	Kantspiller, venstre	Ullensaker/Kisa IL



Ingvild Lindebø Kværner	Linjespiller	Ullensaker/Kisa IL
Leah Marie Granberg	Linjespiller	Ullensaker/Kisa IL*
Marta Østnør	Målvakt	Ullensaker/Kisa IL*
Zoe Callau-Knigge	Bakspiller	Ullern IF*
Hedvig Johansen Tryti	Bakspiller, midt	Ullern IF*
Alise Gjersøe	Bakspiller	Vansjø/Svinndal IL
Martine Kolsvik Ulseth	Bakspiller	Vansjø/Svinndal IL
Sara Iselin Bekkei Sørlie	Bakspiller, venstre	Vestby HK
Silje Thorstensen	Bakspiller, midt	Vestby HK
Mathilde Garder Ruud	Målvakt	Vestby HK
Emine Ilseng	Bakspiller	Vålerenga IF
Elena Mathea Birjovanu	Bakspiller, høyre	Vålerenga IF*
Ada Dyrøy-Jansen	Bakspiller, venstre	Vålerenga IF
Cerina Nord-Varhaug	Kantspiller, venstre	Vålerenga IF*
Maia Sommerfelt	Målvakt	Vålerenga IF
Alexandra Dahl Nesse	Bakspiller, høyre	Østsiden IL*
Mathilde Helene Fossegaard	Bakspiller, midt	Østsiden IL*
Tiril Elisabeth Ødemark	Bakspiller, venstre	Øvrevoll Hosle IL
Hedda Askeland Wagelid	Bakspiller, midt	Øvrevoll Hosle IL**
Ruth Gulliksen	Bakspiller, høyre	Øvrevoll Hosle IL**
Eira Borge Sandbakk	Bakspiller	Årvoll IL*
Pernille Hanssen Kvarsvik	Bakspiller	Årvoll IL*
Ada Granvik Glende	Bakspiller	Ås IL
Anine Johnsrud Lillevik	Bakspiller	Ås IL
Ida Juelsrud	Målvakt	Ås IL

*Forfall / **Ny spiller inn

Med vennlig hilsen

Trine Sneeggen Fors

Seksjon Spill & Trening

Mobil: 91 37 23 61

E-post: trine.sneeggenfors@handball.no