

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 J16-1 for spillere født i 2005

Samling	Dato/Klokkeslett	Hall	Tema
1	08.11.2021 Kl.19.00-20.30	Ekeberghallen, Bane A	Individuell forsvarsteknikk

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

Innkalling av spillere til denne økten:

Navn spiller	Spillplass	Klubb
Lina Kostovska Skaar	Bakspiller	Bjørndal IF
Ylva Seim-Grønn	Bakspiller	Bækkelaget SK*
Anna Thuen Ludvigsen	Bakspiller	Holmen IF *
Julie Loftnes Gregersen	Bakspiller	Langhus IL*
Mari Østvaag	Bakspiller	Langhus IL*
Filippa Signhild Petterson	Bakspiller	Nit-Hak
Elise Garaas	Bakspiller	Nordstrand IF
Ingrid Elise Veum	Bakspiller	Rolvsøy
Sara Glønde	Bakspiller	Ski IL*
Sara-Andrine Hetland-Lysne	Bakspiller	Ski IL
Linnea Hareton	Bakspiller, høyre	Fjellhammer IL
Adele Resberg Kjølholt	Bakspiller, høyre	Kråkerøy IL
Julie Rensmoen Benterud	Bakspiller, midt	Fjellhammer IL
Josefine Moen	Bakspiller, midt	Haslum IL
Maya Ester Jourabchi Herén	Bakspiller, midt	Haslum IL
Mathilde Slinde	Bakspiller, midt	Bækkelaget**
Andrea Hegg	Bakspiller, venstre	Haslum IL*
Mina Sofie Øveraas	Bakspiller, venstre	Ullensaker/Kisa IL
Mathilde Kloster	Flerposisjonsspiller	Haslum IL
Carmen Andrea Nårstad Karlsen	Flerposisjonsspiller	Langhus IL
Maria Eduarda Rodrigues Kristiansen	Flerposisjonsspiller	Nit-Hak
Selma Isabel Skydsrud	Kantspiller, høyre	Bækkelaget SK
Maren Hansen Tangen	Kantspiller, høyre	Kråkerøy IL
Kristina Granli Nordvik	Kantspiller, venstre	Fjellhammer IL
Maria Eduarda Rodrigues Kristiansen	Flerposisjonsspiller	Nit-Hak
Larissa Gründel	Linjespiller	Fjellhammer IL
Elise Marie Trapness	Linjespiller	Kråkerøy IL
Kari Rydland Strandrup	Linjespiller	Oppsal IF
Tyra Sofie Sundquist Stuen	Linjespiller	Bækkelaget*
Ella Lien Strømme	Målvakt	Bækkelaget SK
Helene Øren Nossun	Målvakt	Haslum IL
Martha Frederikke Offermann	Målvakt	Nordstrand IF
Maria Hemsén	Målvakt	Ski IL

*Forfall

**Etterinnkalles

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 16 år finner du på vår hjemmeside ved å trykke her:

[Spillerutvikling \(SPU\) 16år \(05\)](#)

Forfall:

Eventuelle meldinger om skade/sykdom eller forfall varsles Thomas Næss per epost thomas.andersen.naess@gmail.com eller telefon 90940733, husk kopi til regionskontoret ved Trine Sneeggen Fors per epost trine.sneeggenfors@handball.no. Merk eposten «Forfall SPU J16-1»

Innrapportering spillere:

Klubbtrener kan sende en epost til på følgende epost adresse: trine.sneeggenfors@handball.no med navn på spiller samt utdypende informasjon om spillerens kvaliteter.

Strømmen 29.10.2021

Endret 08.11.2021

Med vennlig hilsen

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

Trenere Jenter 16-1
Thomas Næss
Dag Arne Nygaard