

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 J16-2 for spillere født i 2005

| Samling | Dato/Klokkeslett | Hall | Tema |
|---------|---------------------------|-----------------------|-----------------------------|
| 1 | 08.11.2021 Kl.20.30-22.00 | Ekeberghallen, Bane A | Individuell forsvarsteknikk |

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

Innkalling av spillere til denne økten:

| Navn spiller | Spillplass | Klubb |
|-----------------------------------|-----------------------------|------------------|
| Hannah Deari Solheim | Bakspiller | Fjellhammer IL* |
| Mathea Irene Nakkim Storm | Bakspiller | Fjellhammer IL |
| Tone Dal | Bakspiller | Oppegård IL |
| Hanna Hågensen | Bakspiller | Oppsal IF* |
| Maren Juli Syverstuen | Bakspiller | Oppsal IF |
| Jenny Bing Husaas | Bakspiller | Ullern |
| Tomine Støfring | Bakspiller | Vestre Bærum LIL |
| Anna Larsen | Bakspiller | Oppsal IF** |
| Hannah Strutz Skei | Bakspiller, høyre | Njård* |
| Ebba Kjetildatter Nossen | Bakspiller, høyre | Vålerenga IF |
| Solveig Raaen-Zapffe | Bakspiller, midt | Kjelsås IL |
| Una Håseth | Bakspiller, midt | Oppegård IL* |
| Karen Linnestad Spone | Bakspiller, midt | Vestby HK |
| Linn Sjøbrend Kempinger | Bakspiller, venstre | Kråkerøy IL |
| Nora Marie Magnesholen Johannesen | Bakspiller, venstre | Lillestrøm HK* |
| Nora Aline Holmgren-Holthe | Bakspiller, venstre | Vestby HK |
| Malene Hansen Tangen | Flerposisjonsspiller | Kråkerøy IL |
| Mari Branem Eriksen | Flerposisjonsspiller | Kråkerøy IL |
| Aurora Solveig Kristiansen | Flerposisjonsspiller | Oppegård IL* |
| Magdele Kvarvig Sandtrø | Flerposisjonsspiller, høyre | Kråkerøy IL |
| Frida Zulueta Dalgeir | Kantspiller, høyre | Vestby HK* |
| Helena Bråten Tellefsen | Kantspiller, venstre | Njård |
| Jennie Rognhaug Børjesson | Kantspiller, venstre | Njård |
| Stella Waagan Kruse | Kantspiller, venstre | Ullern*** |
| Hannah Rustad Jonassen | Linjespiller | Fjellhammer IL |
| Ida Bækkevold | Linjespiller | Oppegård IL* |
| Josefine Haugaard Krogh | Linjespiller | Vestre Bærum LIL |
| Ane Lindholt | Målvakt | Fjellhammer IL |
| Maja Falkenthal | Målvakt | Kjelsås IL |
| Amalie Søtvik Sørflå | Målvakt | Lillestrøm HK |
| Minken Charlotte Maltau | Målvakt | Ullern |

*Forfall

**Ny spiller inn

***Etterinnkalt REG samling 2.11.2021 – skal ikke møte på SPU

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 J16-2»

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 12.11.2021

Med vennlig hilsen

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

Trenere Jenter 16-2
Thomas Næss
Dag Arne Nygaard