

## 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
2	13.12.2021 Kl.19.00-20.30	Ekeberghallen, Bane A	Kryssningspill

Fremmøte 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
Filippa Signhild Potterson	Bakspiller	Nit-Hak*
Elise Garaas	Bakspiller	Nordstrand IF
Ingrid Elise Veum	Bakspiller	Rolvsøy
Sara Glende	Bakspiller	Ski IL
Sara-Andrine Hetland-Lysne	Bakspiller	Ski IL
Linnea Hareton	Bakspiller, høyre	Fjellhammer IL
Adele Resberg Kjøholt	Bakspiller, høyre	Kråkerøy IL*
Mathilde Slinde	Bakspiller, midt	Bækkelaget*
Julie Rensmoen Benterud	Bakspiller, midt	Fjellhammer IL*
Josefine Moen	Bakspiller, midt	Haslum IL
Maya Ester Jourabchi Herén	Bakspiller, midt	Haslum IL
Andrea Hegg	Bakspiller, venstre	Haslum IL*
Mina Sofie Øveraas	Bakspiller, venstre	Ullensaker/Kisa IL*
Malene Hansen Tangen	Flerposisjonsspiller	Kråkerøy IL**
Mathilde Kloster	Flerposisjonsspiller	Haslum IL
Carmen Andrea Nørstad Karlsen	Flerposisjonsspiller	Langhus IL
Selma Isabel Skydsrud	Kantspiller, høyre	Bækkelaget SK
Maren Hansen Tangen	Kantspiller, høyre	Kråkerøy IL
Kristina Granli Nordvik	Kantspiller, venstre	Fjellhammer IL
Ingrid Anne Lundem	Kantspiller, venstre	Haslum IL*
Maria Eduarda Rodrigues Kristiansen	Kantspiller, venstre	Nit-Hak
Larissa Gründel	Linjespiller	Fjellhammer IL
Elise Marie Trapness	Linjespiller	Kråkerøy IL
Kari Rydland Strandrup	Linjespiller	Oppsal IF
Ella Lien Strømme	Målvakt	Bækkelaget SK
Helene Øren Nossun	Målvakt	Haslum IL*
Martha Frederikke Offermann	Målvakt	Nordstrand IF
Sarah Fredrikke Dahl	Målvakt	Oppsal IF*

\*Forfall

\*\*Bytter SPU gruppe

### 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](mailto:thomas.andersen.naess@gmail.com) eller telefon 90940733, husk kopi til regionskontoret ved Trine Sneeggen Fors per epost [trine.sneeggenfors@handball.no](mailto: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](mailto:trine.sneeggenfors@handball.no) med navn på spiller samt utdypende informasjon om spillerens kvaliteter.

**Strømmen 22.11.2021**

**Endret 14.02.2022**

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 16-1  
Thomas Næss  
Dag Arne Nygaard