

## 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
3	28.02.2021 Kl.19.00-20.30	Ekeberghallen, Bane A	Duellspill, finter og gjennombrudd

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

### Innkalling av spillere til denne økten:

Navn spiller	Spillplass	Klubb
Elise Muggerud Halvorsen	Bakspiller	Nordstrand IF
<del>Tone Dal</del>	<del>Bakspiller</del>	<del>Øppegård IL*</del>
Ingrid Elise Veum	Bakspiller	Rolvøy
Lykke Marie Banini Mcnish	Bakspiller	Vestby HK**
Mina Sofie Øveraas	Bakspiller	Ullensaker/Kisa IL**
Anna Nilsen	Bakspiller	Rolvøy
<del>Tomine Støfring</del>	<del>Bakspiller</del>	<del>Vestre Bærum LIL*</del>
Tilde Grønbeck	Bakspiller	Vestby HK**
Adele Resberg Kjøholt	Bakspiller, høyre	Kråkerøy IL
Frida Martinsen	Bakspiller, høyre	Lillestrøm HK
Josefine Møen	Bakspiller, midt	Haslum IL*
Maya Ester Jourabchi Herén	Bakspiller, midt	Haslum IL
Jenny Johannsson	Bakspiller, midt	HK Eidsberg
Solveig Raaen-Zapffe	Bakspiller, midt	Kjelsås IL
<del>Una Håseth</del>	<del>Bakspiller, midt</del>	<del>Øppegård IL*</del>
Nora Marie Magnesholen Johannesen	Bakspiller, venstre	Lillestrøm HK
Malene Hansen Tangen	Flerposisjonsspiller	Kråkerøy IL
Mari Branem Eriksen	Flerposisjonsspiller	Kråkerøy IL
Maren Hansen Tangen	Kantspiller, høyre	Kråkerøy IL
Frida Zulueta Dalgeir	Kantspiller, høyre	Vestby HK**
<del>Ingrid Anne Lundem</del>	<del>Kantspiller, venstre</del>	<del>Haslum IL*</del>
Helena Bråten Tellefsen	Kantspiller, venstre	Njård IL
Jennie Rognhaug Børjesson	Kantspiller, venstre	Njård IL
Elise Marie Trapness	Linjespiller	Kråkerøy IL
Nora Theres Melvold	Linjespiller	Njård IL
Josefine Haugaard Krogh	Linjespiller	Vestre Bærum LIL
<del>Helene Øren Nossun</del>	<del>Målvakt</del>	<del>Haslum IL*</del>
Amalie Søtvik Sørflå	Målvakt	Lillestrøm HK
Ella Knutsen	Målvakt	Njård IL
Ane Lindholt	Målvakt	Fjellhammer IL
Kine Hagen	Målvakt	Vestby HK**

\*Forfall

\*\*Ny spiller inn

#### **Ikke aktuell grunnet skade**

<b>Navn spiller</b>	<b>Spillplass</b>	<b>Klubb</b>
Linnea Hareton	Bakspiller, høyre	Fjellhammer IL*
Hannah Deari Solheim	Bakspiller	Fjellhammer IL*
Julie Rensmoen Benterud	Bakspiller, midt	Fjellhammer IL*
Sara Glende	Bakspiller	Ski IL*

#### **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 15.02.2022**

**Endret 09.03.2022**

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