

## 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
4	21.03.2022 Kl.20.30-22.00	Ekeberghallen, Bane A	Vurdering spill (bruke rom og skape plass/gode situasjoner)

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

### Innkalling av spillere til denne økten:

Navn spiller	Spillplass	Klubb
Nora Marie Magnesholen Johannesen	Bakspiller	Lillestrøm HK
Elise Mugerud Halvorsen	Bakspiller	Nordstrand IF
Tone Dal	Bakspiller	Oppegård IL
<del>Anna Nilson</del>	<del>Bakspiller</del>	<del>Rølvøy*</del>
Mina Sofie Øveraas	Bakspiller	Ullensaker/Kisa IL
<del>Lykke Marie Banini Menish</del>	<del>Bakspiller</del>	<del>Vestby HK*</del>
<del>Tilde Grønbeck</del>	<del>Bakspiller</del>	<del>Vestby HK*</del>
<del>Tomine Støfring</del>	<del>Bakspiller</del>	<del>Vestre Bærum LIL*</del>
Filippa Signhild Petterson	Bakspiller	Nit-Hak
Thelma Aardalen	Bakspiller	Kråkerøy IL
Linnea Hareton	Bakspiller, høyre	Fjellhammer IL
Adele Resberg Kjøholt	Bakspiller, høyre	Kråkerøy IL
<del>Frida Martinsen</del>	<del>Bakspiller, høyre</del>	<del>Lillestrøm HK*</del>
<del>Josefine Moen</del>	<del>Bakspiller, midt</del>	<del>Haslum IL*</del>
<del>Maya Ester Jourabchi Herén</del>	<del>Bakspiller, midt</del>	<del>Haslum IL*</del>
<del>Una Håseth</del>	<del>Bakspiller, midt</del>	<del>Oppegård IL*</del>
Mari Branem Eriksen	Flerposisjonsspiller	Kråkerøy IL
<del>Carmen Andrea Nårstad Karlsen</del>	<del>Flerposisjonsspiller</del>	<del>Langhus IL*</del>
Frida Zulueta Dalgeir	Kantspiller, høyre	Vestby HK
Helena Bråten Tellefsen	Kantspiller, venstre	Njård IL
Jennie Rognhaug Børjesson	Kantspiller, venstre	Njård IL
Nora Theres Melvold	Linjespiller	Njård IL
<del>Josefine Haugaard Krogh</del>	<del>Linjespiller</del>	<del>Vestre Bærum LIL*</del>
<del>Ida Bækkevold</del>	<del>Linjespiller</del>	<del>Oppegård IL*</del>
Ane Lindholt	Målvakt	Fjellhammer IL
Amalie Søtvik Sørfå	Målvakt	Lillestrøm HK
<del>Ella Knutsen</del>	<del>Målvakt</del>	<del>Njård IL*</del>
Kine Hagen	Målvakt	Vestby HK

\*Forfall

\*\*Ny spiller inn

**Ikke aktuell grunnet skoletur**

Navn spiller	Spillplass	Klubb
Malene Hansen Tangen	Flerposisjonsspiller	Kråkerøy IL
Maren Hansen Tangen	Kantspiller, høyre	Kråkerøy IL
Elise Marie Trapness	Linjespiller	Kråkerøy IL
Ingrid Elise Veum	Bakspiller	Rolvsøy

**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 09.03.2022**

**Endret 25.03.2022**

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