

INNKALLING TIL BYLAGSTRENING – BRUTTOTROPP JENTER 15 ÅR LILLESTRØM

Norges Håndballforbund arrangerer bylagsturnering helgen 25.-27.04 2025 i Stavanger.

Region Øst skal denne turneringen stille med 3 guttelag og 3 jentelag.
 Hvert lag skal bestå av 14 spillere og 2 trenere.

Du er en av de som er plukket ut til å være med i **bruttotroppen** til Lillestrøm jenter 15 år.
 Bruttotroppen til Lillestrøm vil bestå av 21 spillere, og de skal ha tre økter fordelt på to treningssamlinger før endelig tropp tas ut.

Endelig tropp (nettotropp) på 14 spillere publiseres mandag 31.03.2025.

Innkalling av spillere til samling 15.02 og 17.03:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Emma	Dramstad	Bakspiller	Ull/Kisa
Nikoline	Etterlid Ringstad	Bakspiller	Raumnes & Årnes IL
Hermine	Baugerød Hoel	Bakspiller	Raumnes & Årnes IL
Lilli	Holtet Heyerdahl	Bakspiller	Høland Idretts- og ungdomslag
Adriana	Franceschi-Burns	Bakspiller	Kolbotn IL
Saga Emine	Årnes Jordhøy	Bakspiller	Skedsmo HK
Hermine	Hovland-Johansen	Bakspiller	Tindlund IF
Pernille	Bunes Martinsen	Bakspiller	Tindlund IF
Milla Kristin	Breda-Ruud	Bakspiller	Kjelsås IL
Johanne	Solberg Swahn	Kantspiller, høyre	Ski IL
Thea Isabelle	Renner Fredriksen	Kantspiller, høyre	Kjelsås IL
Amelia	Gleditsch	Kantspiller, høyre	HK Rygge
Afelina	Griffin	Kantspiller, venstre	Hvam IL
Ene	Wangsvik	Kantspiller, venstre	Kolbotn IL
Hanne	Sigvartsen	Kantspiller, venstre	Fjellhammer IL
Hedvig	Kaabel Flaten	Linjespiller	HK Trøgstad 97
Isidora	Sisevic	Linjespiller	Skedsmo HK
Martine	Lund Bue	Linjespiller	Raumnes & Årnes IL
Dilare	Perman	Målvakt	Tindlund IF
Danyela	Sannum	Målvakt	Raumnes & Årnes IL
Tindra	Arnesen	Målvakt	Tistedalen TIF

Husk: ta med egen ball, drikkeflaske merket med navn og litt å spise etter trening.

Samlinger for bylag jenter Lillestrøm:

Samling	Dato	Tid	Sted	Tema
1 Bruttotropp	15.02.2025	Økt 1: 12:00-13:30	Nordstrand Arena	Lagstrening
		Økt 2: 16:30-18:00	Nordstrand Arena	Lagstrening
2 Bruttotropp	17.03.2025	Økt 3: 20:30-22:00	Ekeberghallen	Lagstrening
3 Nettotropp	22.04.2025	Økt 4: 17:30-21:00	Tokerud hallen	Lagstrening
4 Nettotropp	25.04.2025	Økt 5: (klokkeslett kommer)	Stavanger Idrettshall 1/2 bane	Lagstrening
Bylagsturnering	25.-27.04.2025		Stavanger Idrettshall	Turnering

Fremmøte 30.min før samling

Alle spillerne skal være klare til å starte treningen på oppsatt tidspunkt

*Nettotroppen flyr ned til Stavanger fredag 25.04 2025 med retur til Oslo søndag 27.04 2025.
 Spillere som blir tatt ut må be seg fri fra skolen fredag den 25.04.2025

Statusrapport:

Det er ønskelig at innkalte spillere som tidligere har vært skadet sender en statusrapport om nåværende tilstand, skadehistorikk eller eventuelle andre hensyn.

Eventuell melding om skade/sykdom eller forfall til samling, må umiddelbart varsles trenere
Trude på tel: 95032330 og Siv på tel: 91616622

Strømmen 03.02.2025
 Endret 03.02.2022

Med vennlig hilsen
 NHF Region Øst

Trine Sneeggen Fors
 Spill og trening
 91 37 23 61
trine.sneeggenfors@handball.no

Trude Waagan (trener)
 Siv Heim (trener)