

INNKALLING TIL BYLAGSTRENING – JENTER 15 år Fredrikstad

Norges Håndballforbund arrangerer bylagsturnering helgen 12.-14.04 2024 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 Fredrikstad jenter 15 år. Bruttotroppen til Fredrikstad vil bestå av 21 spillere, og de skal ha tre treningssamlinger før endelig tropp tas ut.

Endelig tropp på 14 spillere publiseres mandag 18.03.2024.

For spillere til endelig tropp som skal delta i Stavanger vil det påløpe en egenandel på 2000kr som faktureres klubb etter turneringen

Innkalling av spillere til økt 1 - 2 - 3:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Hedda	Skovli	Bakspiller	Haslum IL
Ida	Olavesen	Bakspiller	HK Rygge
Mille Weng	Furuseth	Bakspiller	Kjelsås IL
Ingrid	Sønsterud-Kroken	Bakspiller	Kolbotn IL
Siri	Woxen	Bakspiller	Kolbotn IL
Maja	Borkovskaja-Andreassen	Bakspiller	Tindlund IF
Sanne Heidenberg	Andersen	Bakspiller	Tindlund IF
Julia	Forsstrøm-Vangen	Bakspiller	Tistedalen T&IF
Madelen Fjell	Gjeisklid	Bakspiller, høyre	Ullensaker/Kisa IL
Alma	Schjenken Ullereng	Kantspiller, høyre	Kjelsås IL
Line	Nessheim	Kantspiller, høyre	Nordstrand IF
Emily	Solberg	Kantspiller, høyre	Torp IF
Sophie	Dahl-Myrvik	Kantspiller, venstre	Haslum IL
Selma	Kongstein	Kantspiller, venstre	Kjelsås IL
Mie Marie	Bjørck-Forsberg	Kantspiller, venstre	Sarpsborg IL
Isabel Stanger	Amundrød	Linjespiller	Fjellhammer IL
Minja	Savic	Linjespiller	Kolbotn IL
Leah	Granberg	Linjespiller	Ullensaker/Kisa IL
Elise Bergersen	Jensen	Målvakt	Kolbotn IL
Lovise	Lauritzen	Målvakt	Nordstrand IF
Karoline	Bakken	Målvakt	Sarpsborg IL

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

Samlinger for bylag jenter Fredrikstad:

Samling	Dato	Tid	Sted	Tema
1 Bruttotropp	17.02.2023	Økt 1: 12:00-13:30	Nordstrand Arena	Lagstrening
		Økt 2: 16:30-18:00	Nordstrand Arena	Lagstrening
2 Bruttotropp	29.02.2024	20:00-21:30	Ekeberghallen	Lagstrening
3 Bruttotropp	11.03.2023	20:30-22:00	Ekeberghallen	Lagstrening
4 Nettotropp	08.04.2024	19:00-20:30	Ekeberghallen 1/2 bane	Lagstrening
5 Nettotropp	12.04.2024	(klokkeslett kommer)	Stavanger Idrettshall 1/2 bane	Lagstrening
Bylagsturnering	12.04.2024-	14.04.2024	Stavanger Idrettshall	Turnering

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

*De endelige lagene flyr ned til Stavanger fredag 12.04 2024 med retur til Oslo søndag 14.04 2024. Spillere som blir tatt ut må be seg fri fra skolen fredag den 12.04 2024

Statusrapport:

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

Eventuell melding om skade/sykdom eller forfall til samling, må umiddelbart varsles trenere

Anne på tel: 90572169 og Dag på tel: 41311518

Ren utøver:

Alle som skal delta på Bylagsturneringen 12.-14.04 2024 forplikter seg til å gjennomgå e-læringsprogrammet "Ren utøver" før avreise. Det tar ca. 30 minutter å gjennomføre alle modulene. Når du har fullført alle modulene, vil dette bli registrert og du vil motta et diplom på e-post. Diplomet sendes elektronisk til trine.sneeggenfors@handball.no

Ta e-læringsprogrammet Ren Utøver [her](#)

Strømmen 08.03.2024
Endret 15.02.2024

Med vennlig hilsen
NHF Region Øst

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

Anne Haviken-Bjørge (trener)
Dag Arne Nygaard (trener)