

## INNKALLING TIL BYLAGSTRENING – JENTER 15 år Oslo

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 Oslo jenter 15 år. Bruttotroppen til Oslo vil bestå av 22 spillere, og de skal ha tre treningsamlinger før endelig tropp tas ut.

Endelig tropp på 14 spillere publiseres mandag 18.03.2024.

**For spillere til endelig tropp, og 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	Efternavn	Spillplass	Klubb
Emma Sjøli	Fritzvold	Bakspiller	Haslum IL
Mari Jensen*	Tunes	Bakspiller	Kolbotn IL
Sina Marie	Frogner	Bakspiller	Kolbotn IL
Victoria Gisele Avellana	Santamaria	Bakspiller	Kolbotn IL
Ibaa Mohammed	Abdelhai	Bakspiller	Oppsal IF
Line Gjeitrem	Henriksen	Bakspiller	Oppsal IF
Mathilde Mørk	Fossen	Bakspiller	Oppsal IF
Natalia Unni	Webjørnsen	Bakspiller	Tindlund IF
Stella Grue	Langset	Bakspiller, høyre	Ski IL
Ingrid	Solnes	Flerposisjon (Bh, Kh)	Stabæk håndball
Marielle Bergersen	Fjeld	Kantspiller, høyre	Lillestrøm HK
Johanne Kirkaune	Sandven	Kantspiller, høyre	Ski IL
Ya Aida	Fatty	Kantspiller, høyre	Vålerenga IF
Karoline Hop	Hansen	Kantspiller, venstre	Bækkelaget SK
Pernille	Kristiansen	Kantspiller, venstre	Haslum IL
Cerina	Nord-Varhaug	Kantspiller, venstre	Vålerenga IF
Wilma Eide	Utter	Linjespiller	Kråkerøy IL
Fie Stenvadet	Magnussen	Linjespiller	Haslum IL
Ingvild Lindebø	Kværne	Linjespiller	Ullensaker/Kisa IL
Marie	Steen	Målvakt	Gresvik IF
Maya	Ystenes	Målvakt	Kjelsås IL
Kristin Nagel	Gravning	Målvakt	Torp IF

\*Med forbehold

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

**Samlinger for bylag jenter 15 Oslo:**

Samling	Dato	Tid	Sted	Tema
1 Bruttotropp	17.02.2023	Økt 1: 09:00-10:30	Nordstrand Arena	Lagstrening
		Økt 2: 13:30-15:00	Nordstrand Arena	Lagstrening
2 Bruttotropp	04.03.2024	20:30-22:00	Ekeberghallen	Lagstrening
3 Bruttotropp	14.03.2024	20:00-21:30	Ekeberghallen	Lagstrening
4 Nettotropp	08.04.2024	20:30-22:00	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

**Trude på tel: 95032330 og Siv på tel: 91616622**

**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](mailto:trine.sneeggenfors@handball.no)

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

Strømmen 04.03.2024  
Endret 04.03.2024

Med vennlig hilsen  
NHF Region Øst

Trine Sneeggen Fors  
Spill og trening  
91 37 23 61  
[trine.sneeggenfors@handball.no](mailto:trine.sneeggenfors@handball.no)

Trude Wagan (trener)  
Siv Heim (trener)