



### INNKALLING TIL REGIONAL LANDSLAGSSAMLING JENTER FØDT 2007

Dato	Klokkeslett	Sted	LKY trenere	Regionale trenere
12.02.2025	08:30-14:30	Langhushallen		Kjetil / Gjøril

Målvaktstrener Reg: ~~Thea Granlund~~ Målvaktstrener vikar: Tom Fokstuen

Fysisk trener Reg: ~~Zoë van der Weel~~

### Norges Håndballforbund Region Øst har tatt ut følgende spillere til samlingen:

Navn	Spillplass	Klubb	Født
Anna Paul	Bakspiller	Fredrikstad Ballklubb	2007
Filippa Andersen	Bakspiller	Oppsal IL	2007
Madelen Gjerald Ulleland	Bakspiller	Fjellhammer IL	2007
Maria Weng Stokkeland	Bakspiller	Fjellhammer IL	2007
Marthe Aasland Lae	Bakspiller	Ullern IF	2007
Mira Torp	Bakspiller	Ullern IF	2007
Thilla Karoline Molle Langseth	Bakspiller	Ullern IF	2007
Una Bulovan	Bakspiller	Stabæk Håndball	2007
Celine Solberg Andersen	Bakspiller	Follo HK Damer	2007
Ingelin Raaen-Zapffe	Bakspiller	Kjelsås IL	2007
Elvira Rensmoen	Kantspiller høyre	Fjellhammer IL	2007
Hedda Buskop	Kantspiller høyre	Fredrikstad Ballklubb	2007
Vanessa Bråten Gulbrandsen	Kantspiller, høyre	Nordstrand IF	2007
Vilde Tvenge Ødegaard	Kantspiller venstre	Oppsal IL	2007
Helene Bekker Trinborg	Kantspiller, venstre	Fredrikstad Ballklubb	2007
Kaja Sæther Wågsand	Kantspiller, venstre	Stabæk Håndball	2007
Iris Ilona Lehti Molaug	Linjespiller	Oppsal IL	2007
Maja Leinan	Linjespiller	Lørenskog HK	2007
Marte Skaug	Linjespiller	Fjellhammer IL	2007
Anne Louise Alves Jensen	Målvakt	Sarpsborg IL	2007
Hedda Holm Midthus	Målvakt	Oppsal IL	2007
Mia Amalie Sandvik	Målvakt	Ullern IF	2007

Navn	Spillplass	Klubb	Født
Eline Eskild	Bakspiller	Stabæk Håndball	2007
Thea Ellen Løfstedt	Bakspiller	Nordstrand IF	2007
Hansine Brune Skorgevik	Bakspiller	Lillestrøm HK	2007
Sara Benedicte Fredheim Barbosa	Bakspiller	Nordstrand IF	2007

### Statusrapport:

Evt. melding om **skade/sykdom eller forfall**, meldes personlig til REG06/07-trenere

**Kjetil Teigen Rennesvik** og/eller **Gjøril Anett Johnsson Solberg** så snart som mulig og senest en dag før samling.

Spillere som ikke kan delta for fullt i trening, må umiddelbart informere om dette til **Kjetil** på tlf. 98674533 og/eller **Gjøril** på tlf. 93400819



**Ta med:**

Treningstøy til begge treningene (klubbdrakt/t-skjorte), håndkle, flaske, innesko, og håndball

**Bespising:**

Alle spillerne må ha med seg matpakke og frukt. Det er viktig at alle har med seg dette for å kunne yte bra innsats også på den andre økten!

**Program for samlingen:**

Miljø	Dato	Klokkeslett	Aktivitet
REG J07	12.02.2025	Fra kl. 08:00	<b>Oppmøte:</b> Være klar til trening og ferdig skiftet/tapet ti minutter før
REG J07	12.02.2025	08:30-10:00	Beep test + fysisk trening
REG J07	12.02.2025	10:00-12:00	Pause/ lunsj – husk matpakke
REG J07	12.02.2025	12:00-14:00	Håndballtrening
REG J07	12.02.2025	14:00	Samling ferdig for spillere

\*program oppdatert samlingsdagen!

**Med vennlig hilsen**

Kjetil Teigen Rennesvik  
Trener  
Tlf. 98674533  
[Kjetil.rennesvik@hotmail.com](mailto:Kjetil.rennesvik@hotmail.com)

Gjøril Anett Johnsson Solberg  
Trener  
Tlf. 93400819  
[anso5@yahoo.no](mailto:anso5@yahoo.no)

Trine Sneeggen Fors  
NHF Region Øst Spill & Trening  
Tlf. 91372361  
[Trine.sneeggenfors@handball.no](mailto:Trine.sneeggenfors@handball.no)

**Strømmen 31.01.2025**  
**Oppdatert 12.02.2025**