



INNKALLING TIL REGIONAL LANDSLAGSSAMLING JENTER FØDT 2008

Dato	Klokkeslett	Sted	LKY trenere	Regionale trenere
23.09.2024	08:30-14:30	Nordstrand Arena	Bente / Tore	Janet / Anne

Målvaktstrener Reg: Thea Granlund Fysisk trener Reg: Zoë van der Weel

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

Navn	Spillplass	Klubb	Født
Eva Ellingsen	Bakspiller	Fjellhammer IL	2008
Kamilla Helland	Bakspiller	Fjellhammer IL	2008
Maja Borkovskaja-Andreassen	Bakspiller	Tindlund IF	2008
Marie Lutro Allison	Bakspiller	Kjelsås IL	2008
Mille Weng Furueth	Bakspiller	Kjelsås IL	2008
Ingrid Sønsterud-Kroken	Bakspiller	Kolbotn IL	2008
Ibaa Mohammed Abdelhai	Bakspiller	Oppsal IF	2008
Marie Bakkerud-Strand	Bakspiller	Tindlund IF	2008
Casandra Håkonsen Storhagen	Bakspiller	Ullensaker/Kisa IL	2008
Emma Christine Iversen Norbeck	Bakspiller	Ullensaker/Kisa IL	2008
Mina Dancke Markussen	Kantspiller, høyre	Kolbotn IL	2008
Alma Schjenken Ullereng	Kantspiller, høyre	Kjelsås IL	2008
Emily Solberg	Kantspiller, høyre	Tindlund IF	2008
Ida Marie L'Orange	Kantspiller, venstre	Fjellhammer IL	2008
Selma Kongstein	Kantspiller, venstre	Kjelsås IL	2008
Iselin Nyborg	Kantspiller, venstre	Ullensaker/Kisa IL	2008
Isabel Stanger Amundrød	Linjespiller	Fjellhammer IL	2008
Enja Louise Larsen Molvig	Linjespiller	HK Rygge	2008
Sephora Kodila Eknes	Linjespiller	Kjelsås IL	2008
Oda Ragnhild Bekker Olsen	Linjespiller	Tindlund IF	2008
Erle Hoel Olsen	Målvakt	HK Rygge	2008
Elise Bergersen Jensen	Målvakt	Kolbotn IL	2008
Kristin Nagel Gravning	Målvakt	Tindlund IF	2008
Sofija Rosic	Målvakt	Kjelsås IL	2008

Forfall:

Navn	Spillplass	Klubb	Født
Emma Sjøli Fritzvold	Bakspiller	Haslum IL	2008

Statusrapport:

Evt. melding om **skade/sykdom eller forfall**, meldes personlig til REG08/09-trenere **Anette Haviken-Bjørge** og/eller **Janet Bredeesen** 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 **Anne** på tlf. 90572169 og/eller **Janet** på tlf. 93487865



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 J08	23.09.2024	Kl.08:00	Oppmøte: Være klar til trening og ferdig skiftet/tapet ti minutter før
REG J08	23.09.2024	Kl.08:30-10:00	Håndballtrening
REG J08	23.09.2024	Kl.10:00-12:30	Pause/ lunsj – husk matpakke
REG J08	23.09.2024	Kl.12:30-13:30 Kl.13:30-14:30	Håndballtrening (1/2 gruppe) / fysisk trening (1/2gruppe)

Med vennlig hilsen

Janet Bredesen
Trener
Tlf. 93487865
janet.bredesen@hotmail.com

Anne Haviken-Bjørge
Trener
Tlf. 90572169
annehaviken.bjorge@gmail.com

Trine Sneeggen Fors
NHF Region Øst Spill & Trening
Tlf. 91372361
Trine.sneeggenfors@handball.no

Strømmen 09.09.2024

Oppdatert 16.09.2024