

INNKALLING TIL SAMLING FOR SPILLERUTVIKLING NHF REGION ØST

Du er en av de som er plukket ut til å være med på samling i gruppen J15-2 for spillere født i 2007

| Samling | Dato | Klokkeslett | Hall | Tema |
|---------|----------|------------------------------|-----------------|---|
| Økt 3 | 24.10.22 | 18.30-20.30 (hall fra 19.00) | Ekeberghallen A | Individuell forsvarsteknikk/nedgruppert |

Innkalling av spillere til denne økten:

| Fornavn | Etternavn | Spillplass | Klubb |
|------------------------|---------------|----------------------|--------------------|
| Anna | Paul | Bakspiller | Tune IL |
| Helene Bekker | Trinborg | Bakspiller | Tune IL |
| Aurora Elisabeth Amiri | Nguyen | Bakspiller, høyre | Ullensaker/Kisa IL |
| Elise | Trinborg | Bakspiller, midt | Degernes IL |
| Mia Bekken | Bjørdal | Bakspiller, midt | Nesodden HK |
| Ane | Landmark | Bakspiller, midt | Rælingen HK |
| Mari Marie | Dingstad | Bakspiller, midt | Ski IL |
| Mia | Stokka | Bakspiller, venstre | Kjelsås IL |
| Kajsa Thuen | Ludvigsen | Bakspiller, venstre | Stabæk |
| Una | Bulovan | Bakspiller, venstre | Stabæk |
| Ella Olivia Stolpe | Karlsen | Flerposisjonsspiller | Fjellhammer IL |
| Irem | Kahveci | Flerposisjonsspiller | Fjellhammer IL |
| Emilie Omenås | Lie | Flerposisjonsspiller | Kjelsås IL |
| Alexandra Johansen | Muri | Flerposisjonsspiller | Stabæk |
| Selma Ellingjord | Celik | Flerposisjonsspiller | Stabæk |
| Elvira | Rensmoen | Kantspiller, høyre | Fjellhammer IL |
| Sarah Lae | Olsen | Kantspiller, høyre | Tune IL |
| Charlotte Hermine | Iversen | Kantspiller, høyre | Ullensaker/Kisa IL |
| Ane Smestad | Li | Kantspiller, venstre | Kjelsås IL |
| Vilma Dahl | Kaartinen | Kantspiller, venstre | Stabæk |
| Vilde Staven | Gjengstø | Kantspiller, venstre | Ullensaker/Kisa IL |
| Henriette Teslo | Skjefstad | Linjespiller | Kjelsås IL |
| Sofie Rakeie | Vasholmen | Linjespiller | Rælingen HK |
| Lone Frisell | Bjørnsen | Linjespiller | Ski IL |
| Julie Skjærvik | Moe | Målvakt | Ullensaker/Kisa IL |
| Marlén | Aamodt-Brandt | Målvakt | Vestby HK |
| Rebecca | Madeira | Målvakt | Vestby HK |

Husk å ta med egen ball, klubbdrakt og drikkeflaske.

Viktig at du har en tapebit med navnet ditt synlig klistret på drakten din!

Forfall:

Eventuelle meldinger om skade/sykdom eller forfall til samling skal varsles Mathilde Andresen per epost mathilde.andresen@hotmail.com eller telefon 99527997, husk kopi til regionskontoret ved Trine Sneeggen Fors per epost trine.sneeggenfors@handball.no. Merk eposten «Forfall SPU J15-2»

Årsplan for samlinger:

| Miljø | Dato | Klokkeslett | Hall | Tema |
|-------|-----------------|------------------------------------|----------------------------|---|
| J15-2 | Lørdag 01.10.22 | 09.00-17.00 | Oppsal Arena | Kast og mottatt |
| J15-2 | Lørdag 01.10.22 | 09.00-17.00 | Oppsal Arena | Duellspill |
| J15-2 | Mandag 24.10.22 | 18.30-20.30 (hall fra 19.00) | Ekeberghallen A | Individuell forsvarsteknikk/ nedgruppert |
| J15-2 | Mandag 14.11.22 | 18.30-20.30 (hall fra 19.00) | Ekeberghallen A | Finteteknikk |
| J15-2 | Søndag 11.12.22 | 09.00-18.00 | Ski Alliansehall 1 og 2 | Regional By Turnering |
| J15-2 | Mandag 09.01.22 | 18.30-20.30 (hall fra 19.00) | Ekeberghallen A | Individuell forsvarsteknikk/ utgruppert |

Selv om det er satt opp en årsplan med samlinger, er det ikke gitt at alle spillere som er innkalt på sist samling – er med på neste. Innkalling publiseres ca. to uker før samling.

Mer informasjon om spillerutvikling 15 år finner du på vår hjemmeside ved å trykke her:

[Spillerutvikling \(SPU\) 15år \(07\)](#)

Innrapportering spillere:

Vi er åpne for å vurdere spillere som utvikler seg i løpet av sesongen. Klubbtrener skal da sende en epost til på følgende epost adresse: trine.sneeggenfors@handball.no

Strømmen 07.10.2022

Endret 07.10.2022

Med vennlig hilsen

NHF Region Øst
Trine Sneeggen Fors
Spill og trening
Tlf. 91372361
Trine.SneeggenFors@handball.no

Trenere Jenter 15-2
Mathilde Andresen
Lars Sonerud