

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 J15-3 for spillere født i 2007

Samling	Dato	Klokkeslett	Hall	Tema
Økt 4	14.11.22	20.00-22.00 (hall fra 20.30)	Ekeberghallen A	Finteteknikk

Fremmøte 15.min før samling og ferdig skiftet til treningstart.

Innkalling av spillere til denne økten:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Ella Sofie	Syrrist	Bakspiller	Hk Herulf Moss
Erle Hellebø	Steinheim	Bakspiller	Kjelsås IL
Karitas Isold	Birgisdottir	Bakspiller	Ski IL**
Mari Roalkvam	Titlestad	Bakspiller	Tune IL
Thea Ellen	Løfstedt	Bakspiller, høyre	Nordstrand IF*
Celine Otilie	Arntsen	Bakspiller, midt	NIT-HAK HK
Mathilde Gran	Søgstad	Bakspiller, midt	Stabæk
Beatrice	Berg	Bakspiller, venstre	Fjellhammer IL*
Daorsa	Bici	Bakspiller, venstre	Langhus IL
Johanne Foss	Mehus	Bakspiller, venstre	Nordstrand IF
Aurora	Tømmerholt	Bakspiller, venstre	Tune IL*
Ingelin Raaen	Zapffe	Flerposisjonsspiller, høyre	Kjelsås IL
Maia Nakkim	Storm	Flerposisjonsspiller	Fjellhammer IL*
Aurora Haltbrekken	Burkeland	Flerposisjonsspiller	Kjelsås IL
Cornelia	Stenstrøm	Flerposisjonsspiller	Stabæk
Linnea	Flatemo	Kantspiller, høyre	Kjelsås IL
Isabelle	Byles	Kantspiller, høyre	Stabæk
Emma	Aas	Kantspiller, venstre	Hk Herulf Moss
Mia Elton	Gransæther	Kantspiller, venstre	Oppegård IL
Selma	Vamnes	Kantspiller, venstre	Vestby HK
Marte	Skaug	Linjespiller	Fjellhammer IL
Ella	Blom-Dahl	Linjespiller	Oppegård IL
Iben Eldjarn	Huitfeldt	Linjespiller	Stabæk
Mathilde Stordal	Aalerud	Linjespiller	Tune IL
Mille Eriksen	Wold	Målvakt	Kjelsås IL
Sofie Høiskar	Aalefjær	Målvakt	Langhus IL
Cecilie	Sannerud	Målvakt	Stabæk

Husk å ta med egen ball, klubbdrakt og drikkeflaske.

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

Deltar på senere samlinger når skadefri:

Sarah Emine Svendsen	Spange	Bakspiller, midt	Tveter HK
----------------------	--------	------------------	-----------

Forfall:

Eventuelle meldinger om skade/sykdom eller forfall til samling skal varsles Trude Waagan per epost trude.waagan@gmail.com eller telefon 95032330, husk kopi til regionskontoret ved Trine Sneeggen Fors per epost trine.sneeggenfors@handball.no . Merk eposten «Forfall SPU J15-3»

Årsplan for samlinger:

Miljø	Dato	Klokkeslett	Hall	Tema
J15-3	Lørdag 01.10.22	09.00-17.00	Oppsal Arena	Kast og mottatt
J15-3	Lørdag 01.10.22	09.00-17.00	Oppsal Arena	Duellspill
J15-3	Mandag 24.10.22	20.00-22.00 (hall fra 20.30)	Ekeberghallen A	Individuell forsvarsteknikk/ nedgruppert
J15-3	Mandag 14.11.22	20.00-22.00 (hall fra 20.30)	Ekeberghallen A	Finteteknikk
J15-3	Søndag 11.12.22	09.00-18.00	Ski Alliansehall 1 og 2	Regional By Turnering
J15-3	Mandag 09.01.22	20.00-22.00 (hall fra 20.30)	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 31.10.2022

Endret 15.11.2022

Med vennlig hilsen

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

Trenere Jenter 15-3
Marte Arnesen-Kirkemo
Trude Waagan