

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 J15-4 for spillere født i 2007

Samling	Dato	Klokkeslett	Hall	Tema
Økt 4	15.11.22	Kl.20.00-22:00	Ekeberghallen A	Finteteknikk

Innkalling av spillere til denne økten:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Adele	Braathu	Bakspiller	HK Rygge
Anne-Marit Kalstad	Andresen	Bakspiller	Rolvsøy IF
Frida Rosslund	Eidberg	Bakspiller	Bækkelaget SK*
Mathilde Guttormsen	Langvik	Bakspiller	Bækkelaget SK
Cassandra Alice	Freiberger	Bakspiller	Tune IL**
Ella Grethe	Myrset	Bakspiller	Vålerenga IF**
Anna Eline Nybjerkan	Haug	Bakspiller, høyre	Son HK
Marthe Oline	Løvvig	Bakspiller, midt	Østsiden IL*
Marthe Aasland	Lae	Bakspiller, midt	Oppsal
Moa Hansen Solfjeld	Eid	Bakspiller, midt	Vålerenga IF
Ada Spydevold	Herwander	Bakspiller, midt	Rolvsøy IF
Elina Pham	Nguyen	Bakspiller, venstre	Sinsen-Refstad IL
Isabelle Bergerud	Johannisson	Bakspiller, venstre	Oppsal
Maja Amundsen	Westby	Bakspiller, venstre	Bækkelaget SK
Vanessa	Bergstad	Bakspiller, venstre	Skedsmo HK*
Victoria	Bergkrantz	Bakspiller, venstre	Skedsmo HK
Vilde Johnsen	Ringholm	Bakspiller, venstre	Lørenskog HK
Iris Ilona Lehti	Molaug	Bakspiller, venstre	Oppsal
Filippa	Andersen	Flerposisjonsspiller	Oppsal
Olivia	Børresen	Flerposisjonsspiller	Lørenskog HK
Sara Rusås	Hedman	Flerposisjonsspiller	Son HK
Vilje Frøland	Johansen	Flerposisjonsspiller	Tune IL**
Lina	Safdari	Kantspiller, høyre	Sinsen-Refstad IL
Meline Fjeldheim	Sollibø	Kantspiller, høyre	Skedsmo HK
Asli-Ayaan Mohamed	Hassan	Kantspiller, venstre	Oppsal
Dishaan Kaur	Khehra	Kantspiller, venstre	Bækkelaget SK
Pernille	Skovgaard	Kantspiller, venstre	Skedsmo HK
Maja Evensen	Billing	Kantspiller, venstre	HK Rygge
Jenny	Danevad	Linjespiller	Rolvsøy IF**
Karianne Rislåa	Bjåland	Linjespiller	Hk Herulf Moss
Maja	Leinan	Linjespiller	Lørenskog HK
Natasha Sirad	Hussein-Wold	Linjespiller	Sinsen-Refstad IL
Dina Evadatter	Hermansen	Målvakt	Son HK
Vilde	Feltman	Målvakt	Øvrevoll Hosle IL
Madelen Elisabeth	Grønberg	Målvakt	Østsiden IL*

*Forfall / *Ny spiller inn

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 Dag Arne Nygaard per epost dagbegbyenga@hotmail.com eller telefon 90617494, husk kopi til regionskontoret ved Trine Sneeggen Fors per epost trine.sneeggenfors@handball.no . Merk eposten «Forfall SPU J15-4»

Årsplan for samlinger:

Miljø	Dato	Klokkeslett	Hall	Tema
J15-4	Lørdag 01.10.22	09.00-17.00	Oppsal Arena	Kast og mottatt
J15-4	Lørdag 01.10.22	09.00-17.00	Oppsal Arena	Duellspill
J15-4	Tirsdag 25.10.22	20.00-22.00	Ekeberghallen A	Individuell forsvarsteknikk/ nedgruppert
J15-4	Tirsdag 15.11.22	20.00-22.00	Ekeberghallen A	Finteteknikk
J15-4	Søndag 11.12.22	09.00-18.00	Ski Alliansehall 1 og 2	Regional By Turnering
J15-4	Tirsdag 03.01.22	20.00-22.00	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 31.10.2022

Endret 16.11.2022

Med vennlig hilsen

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

Trenere Jenter 15-4
Dag Arne Nygaard
Vegar Ormaasen