

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 J15-1 for spillere født i 2007

| Samling | Dato | Klokkeslett | Hall | Tema |
|---------|------------|-------------|-----------------|--|
| Økt 5 | 05.01.2023 | 20.00-22.00 | Ekeberghallen A | Individuell forsvarsteknikk/utgruppert |

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

Innkalling av spillere til denne økten:

| Fornavn | Etternavn | Spillplass | Klubb |
|---------------------|-----------|-------------------------|---------------|
| Christell Moore | Øvstetun | Bakspiller | Lillestrøm HK |
| Karoline Seidel | Haug | Bakspiller | Ullern IF |
| Ine Dønnum | Rømmerud | Bakspiller, høyre | Eidsvold TF |
| Mia Elise Arneberg | Kolås | Bak-/kantspiller, høyre | Halden HF* |
| Adeline Aune | Mediaa | Bakspiller, midt | Haslum IL* |
| Mathea Herland | Bystrøm | Bakspiller, midt | HK Eidsberg |
| Ellen Skjersli | Brandt | Bakspiller, midt | Ullern IF |
| Frida Haugen | Toft | Bakspiller, venstre | Ullern IF |
| Pernille | Martinsen | Bakspiller, venstre | HK Eidsberg |
| Astrid Marie Dalbak | Hoel | Bakspiller, venstre | Lillestrøm HK |
| Hedda | Buskop | Kantspiller, høyre | Kråkerøy IL |
| Amalie Megaard | Jacobsen | Kantspiller, høyre | Kråkerøy IL |
| Malin | Haugen | Kantspiller, høyre | Siggerud IL* |
| Jenny Halvorsrud | Syversen | Kantspiller, venstre | HK Eidsberg |
| Mia Mi Stavem | Amundsen | Kantspiller, venstre | Kråkerøy IL* |
| Mathea Abrahamsen | Odden | Kantspiller, venstre | Lillestrøm HK |
| Elin Helleland | Meldalen | Linjespiller | Haslum IL |
| Mia | Rydberg | Linjespiller | Lillestrøm HK |
| Ingeborg Marie | Stornes | Linjespiller | Ullern IF |
| Mari Glørud | Smedstad | Målvakt | HK Eidsberg |
| Ellinor Conradi | Andersen | Målvakt | Kråkerøy IL |
| Emma | Johansen | Målvakt | Kråkerøy IL |
| Angelia | Pat | Målvakt | Ullern IF |

*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 Lasse Brevik per epost lasse.brevik@fibernet.net eller telefon 48209692, husk kopi til regionskontoret ved Trine Sneeggen Fors per epost trine.sneeggenfors@handball.no. Merk eposten «Forfall SPU J15-1»

Kalles ikke inn grunnet deltakelse på siste REG-samling:

| Fornavn | Etternavn | Spillplass | Klubb |
|---------------------|--------------|---------------------|---------------|
| Eline | Eskild | Bakspiller, midt | Kråkerøy IL |
| Irma Bakke | Marstein | Bakspiller, midt | Lillestrøm HK |
| Tomine Adele Tangen | Näsholm | Bakspiller, venstre | Sarpsborg IL |
| Sara Kristine | Bøe-Pedersen | Linjespiller | Kråkerøy IL |

Årsplan for samlinger:

| Miljø | Dato | Klokkeslett | Hall | Tema |
|-------|------------------|-------------|-----------------------------|---|
| J15-1 | Lørdag 01.10.22 | 09.00-17.00 | Oppsal Arena | Kast og mottatt |
| J15-1 | Lørdag 01.10.22 | 09.00-17.00 | Oppsal Arena | Duellspill |
| J15-1 | Torsdag 20.10.22 | 20.00-22.00 | Ekeberghallen A | Individuell forsvarsteknikk/ nedgruppert |
| J15-1 | Torsdag 10.11.22 | 20.00-22.00 | Ekeberghallen A | Finteteknikk |
| J15-1 | Søndag 11.12.22 | 09.00-18.00 | Ski Allianseshall 1 og 2 | Regional By Turnering |
| J15-1 | Torsdag 05.01.23 | 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 15.12.2022

Endret 05.01.2022

Med vennlig hilsen

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

Trenere Jenter 15-1
~~Lasse Brevik~~-(forfall)
Malin Andersson