

## 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 5	10.01.2023	20.00-22:00 (hall fra 20.30) <b>Nytt klokkeslett: 20.00-21.30</b>	Tokerud Idrettshall	<a href="#">Individuell forsvarsteknikk/utgruppet</a>

### Innkalling av spillere til denne økten:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Ella Sofie	Syrrist	Bakspiller	Hk Herulf Moss
Erle Hellebø	Steinheim	Bakspiller	Kjelsås IL
Mari Roalkvam	Titlestad	Bakspiller	Tune IL
Emma Marie	Skeie	Bakspiller	Njård
Thea Ellen	Löfstedt	Bakspiller, høyre	Nordstrand IF
Celine Otilie	Arntsen	Bakspiller, midt	NIT-HAK HK
Mira Thorsby	Rødsand	Bakspiller, midt	Njård**
Daorsa	Bici	Bakspiller, venstre	Langhus IL
Johanne Foss	Mehus	Bakspiller, venstre	Nordstrand IF
Beatrice	Berg	Bakspiller, venstre	Fjellhammer IL
Aurora	Tømmerholt	Bakspiller, venstre	Tune IL
Ingelin Raaen	Zapffe	Flerposisjonsspiller, høyre	Kjelsås IL
Maia Nakkim	Storm	Flerposisjonsspiller	Fjellhammer IL
Linnea	Flatemo	Kantspiller, høyre	Kjelsås IL
Isabelle	Byles	Kantspiller, høyre	Stabæk
Astrid Linnea	Lundberg	Kantspiller, høyre	Nordstrand IF
Selma	Vamnes	Kantspiller, venstre	Vestby HK
Ane Vik	Boyartchuk	Kantspiller, venstre	Njård
Camilla	Sannerud	Linjespiller	Stabæk
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
Isabell	Kristensen	Målvakt	Tveter

\*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 Trude Waagan per epost [trude.waagan@gmail.com](mailto:trude.waagan@gmail.com) eller telefon 95032330, husk kopi til regionskontoret ved Trine Sneeggen Fors per epost [trine.sneeggenfors@handball.no](mailto:trine.sneeggenfors@handball.no) . Merk eposten «Forfall SPU J15-3»

**Kalles ikke inn grunnet deltakelse på siste REG-samling:**

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Cornelia	Stenstrøm	Bakspiller	Stabæk
Mathilde Gran	Søgstad	Bakspiller, midt	Stabæk
Aurora Haltbrekken	Burkeland	Flerposisjonsspiller	Kjelsås IL
Emma	Aas	Kantspiller, høyre	Hk Herulf Moss
Marte	Skaug	Linjespiller	Fjellhammer IL

**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 Alliansehaller 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
	<b>NY DAG:</b> Tirsdag 10.01.23	<b>NYTT TID:</b> 20:00-21.30	<b>NY HALL:</b> Tokerud Idrettshall	

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](mailto:trine.sneeggenfors@handball.no)

**Strømmen 15.12.2022**

**Endret 21.12.2022**

Med vennlig hilsen

NHF Region Øst  
Trine Sneeggen Fors  
Spill og trening  
Tlf. 91372361  
[Trine.SneeggenFors@handball.no](mailto:Trine.SneeggenFors@handball.no)

**Trenere Jenter 15-3**  
Marte Arnesen-Kirkemo  
Trude Waagan