

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 2009

Samling	Dato	Klokkeslett	Hall	Tema
Økt 5	02.12.2024	20:30-22:00	Ekeberghallen	Duellspill

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

Innkalling av spillere til denne økten:

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Henny Groseth	Okstad	Bakspiller	Kjelsås IL
Emma	Huse	Bakspiller	Kolbotn IL
Hanne	Sigvartsen	Bakspiller	Fjellhammer IL
Mari Otterlei	Blomqvist	Bakspiller	Fjellhammer IL
Nikoline Etterlid	Ringstad	Bakspiller	Raumnes & Årnes IL
Selma	Feyling	Bakspiller	Ski IL
Amayel Toulaye	Diaité-Markussen	Bakspiller	Ski IL
Thelma Wold	Oraug	Bakspiller	Skiptvet IL
Johanne Vangberg	Leirset	Bakspiller	Ski IL
Mina Sofie Myrbråten	Nilsen	Bakspiller	Raumnes & Årnes IL
Frida	Langnes	Bakspiller	Kolbotn IL
Victoria Granli	Nordvik	Bakspiller	Fjellhammer IL
Vilde	Vala-Stenberg	Bakspiller	Ski IL
Johanne Solberg	Swahn	Flerposisjonsspiller (Bh, Kh)	Ski IL
Mie Malene	Grønbeck-Svendsen	Kantspiller, høyre	Skiptvet IL
Kristine Bjerke	Folden	Kantspiller, høyre	Lillestrøm HK
Marte Bommo	Skogholt	Kantspiller, venstre	Raumnes & Årnes IL
Matilda Nilsen	Fladmark	Kantspiller, venstre	Njård
Emily	Brassier-Ricatti	Kantspiller, venstre	Korsvoll IL
Liv Conradi	Andersen	Linjespiller	Kråkerøy IL
Fredrikke	Sørli	Linjespiller	Ski IL
Matilde Mørk	Eikland	Linjespiller	Ullern
Milla	Rasmussen	Linjespiller	Raumnes & Årnes IL
Maja	Wilsberg	Linjespiller	Kjelsås IL
Camilla	Cabaj	Målvakt	Kolbotn IL
Synne Marie	Austheim	Målvakt	Kråkerøy IL
Amanda Evensen	Myrvik	Målvakt	Raumnes & Årnes IL
Kajsa	Hinkel Svanøe	Målvakt	Bækkelaget SK

Husk å ta med egen ball, klubbdrakt og drikkeflaske.

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

Forfall

Fornavn	Etternavn	Spillplass	Klubb
Ulrikke	Jelsness-Jørgensen	Bakspiller	Kråkerøy IL

Statusrapport:

Evnt. melding om **skade/sykdom eller forfall**, meldes til SPU J15-4-trenere

Siv Heim og/eller **Trude Waagan** per epost med kopi til **Trine Sneeggen Fors**,
trine.sneeggenfors@handball.no senest en dag før samling .

Årsplan for samlinger:

Gruppe	Dato	Klokkeslett	Hall	Tema
J15-4	28.09.2024	09:00-17:00	Oppsal Arena	Duellspill
J15-4	28.09.2024	09:00-17:00	Oppsal Arena	Valg og vurdering
J15-4	21.10.2024	20:30-22:00	Ekeberghallen	Skudd
J15-4	11.11.2024	20:30-22:00	Ekeberghallen	Forsvarsteknikker
J15-1	02.12.2024	20:30-22:00	Ekeberghallen	Duellspill
J15-4	06.01.2024	20:30-22:00	Ekeberghallen	Valg og vurdering
J15-4	01.02.2025	09:00-18:00	Vestby Arena	Regional By turnering

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. ti – fjorten dager før samling.

Mer informasjon om spillerutvikling 15 år finner du på vår hjemmeside ved å trykke her:
[Spillerutvikling \(SPU\) 15år \(09\)](#)

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 18.11.2024**Endret 20.11.2024**

Med vennlig hilsen

Siv Heim

Spillerutvikler J15-4
Tlf. 91616622;
sivheims@online.no

Trude Waagan

Trener J15-4
Tlf. 95032330;
trude.waagan@gmail.com

Trine Sneeggen Fors

NHF Region Øst Spill & Trening
Tlf. 91372361
Trine.sneeggenfors@handball.no