

## 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	<a href="#">Duellspill</a>

**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
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
Liv Conradi	Andersen	Linjespiller	Kråkerøy IL
Fredrikke	Sørлие	Linjespiller	Ski IL
Matilde Mørk	Eikland	Linjespiller	Ullern
Milla	Rasmussen	Linjespiller	Raumnes & Årnes 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
Mari Otterlei	Blomqvist	Bakspiller	Fjellhammer IL
Emily	Brassier-Ricatti	Kantspiller, venstre	Korsvoll IL
Camilla	Cabaj	Målvakt	Kolbotn IL
Maja	Wilsberg	Linjespiller	Kjelsås IL

**Statusrapport:**

Evt. 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](mailto: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	<a href="#">Duellspill</a>
J15-4	28.09.2024	09:00-17:00	Oppsal Arena	<a href="#">Valg og vurdering</a>
J15-4	21.10.2024	20:30-22:00	Ekeberghallen	<a href="#">Skudd</a>
J15-4	11.11.2024	20:30-22:00	Ekeberghallen	<a href="#">Forsvarsteknikker</a>
J15-1	02.12.2024	20:30-22:00	Ekeberghallen	<a href="#">Duellspill</a>
J15-4	06.01.2024	20:30-22:00	Ekeberghallen	<a href="#">Valg og vurdering</a>
J15-4	01.02.2025	09:00-18:00	Vestby Arena	<a href="#">Regional By turnering</a>

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

**Strømmen 18.11.2024**

**Endret 03.12.2024**

Med vennlig hilsen

**Siv Heim**

Spillerutvikler J15-4

Tlf. 91616622;

[sivheims@online.no](mailto:sivheims@online.no)

**Trude Waagan**

Trener J15-4

Tlf. 95032330;

[trude.waagan@gmail.com](mailto:trude.waagan@gmail.com)

**Trine Sneeggen Fors**

NHF Region Øst Spill & Trening

Tlf. 91372361

[Trine.sneeggenfors@handball.no](mailto:Trine.sneeggenfors@handball.no)