

Til: Félaga leikmanna í Hæfileikamótun stúlkna.
Efni: Hæfileikamót N1 og KSÍ dagana 26.-28. mars

Margrét Magnúsdóttir, yfirmaður í Hæfileikamótun N1 og KSÍ, hefur valið eftirtalda leikmenn til þátttöku í Hæfileikamóti dagana 26.-28. mars 2025. Leikirnir sem og önnur dagskrá fara fram í Miðgarði, Garðabæ. Vinsamlega komið þessum upplýsingum til þeirra er málið varðar.

Lið 1		Lið 2	
Friðrika Rut Sigurðardóttir - ÍBV	ÍBV	Thelma Lind Kolbeinsdóttir	RKVN
Jara Magnúsdóttir – Víkingur	Víkingur	Arna Fanney Árnadóttir	ÍR
Viktoría Emma Arnórsdóttir – Breiðablik	Breiðablik	Thelma Rós Hjaltadóttir	FH
Andrea Rúnarsdóttir – Stjarnan	Stjarnan	Anna Lís Arnarsdóttir	FH
Júlía Karítas Guðmundsdóttir	KR	Gunnheiður Eydís Jóhannsdóttir	KFR
Særún L. Castaneda Bjarnarson	Breiðablik	Emilía Kaitlyn Marshall	Breiðablik
Anna Viktoría H. Dyrhauge.	KR	Una María Þórhallsdóttir	Víkingur
Hildur Eva Bragadóttir	Selfoss	Lís Steindórsdóttir	Breiðablik
Sara Dögg Sigmundsdóttir	RKVN	Eva Dís Sighvatsdóttir	RKVN
Sara Rún Auðunsdóttir	Selfoss	Erla Hrönn Unnarsdóttir	ÍBV
Sara Mist Orradóttir	Breiðablik	Andrea Karí Egilsdóttir	Afturelding
Ísabella Anna Kjartansdóttir	Völsungur	Unnur Ýja Erlendsdóttir	Víkingur
Margrét Viktoría Harðardóttir	RKVN	Arney Stella Bryngeirsdóttir	Víkingur
Andrea Líf Gylfadóttir	Selfoss	Klara Lýðsdóttir	Haukar
Diljá Hrund Helgadóttir	HK	Heiðdís Eva Bárðardóttir	Víkingur
Hrafney Lea Árnadóttir	Tindastóll	Ástrós Birna Hólmsteinsdóttir	HK
Sigrún Agnes Smáradóttir	Afturelding	Freyja Rún Pálmadóttir	FH
Lið 3		Lið 4	
Svala Margrét Jónsdóttir	Fjölnir	Ásdís Erla Björgvinsdóttir	Höttur
Sóley María Jóhannsdóttir	Breiðablik	Kristín Birna Steinarsdóttir	Fylkir
Hanna Björg Jónsdóttir	Selfoss	Sara Björk Theodórsdóttir	Stjarnan
Áróra Rós Gissurardóttir	HK	Lóa Gísladóttir	Víkingur
Helena Lind Logadóttir	Þór	Hrafnhildur Kristín Kristleifsdóttir	ÍBV
Hulda Þorradóttir	FH	Sóley Guðmundsdóttir	Sindri
Unnur Grétarsdóttir	KR	Hrafnhildur Ylfa Baxter Þórarinsdóttir	Selfoss
Ólöf Margrét Marvinsdóttir	Breiðablik	Freyja Rún Atladóttir	Vestri
Karen Dís Vigfúsdóttir	Fylkir	Agnes Klara Benharðsdóttir	Stjarnan
Milena Mihaela	ÍBV	Emma Júlía Cariglia	Þór
Anna Margrét Friðbjörnsdóttir	HK	Eva Sólgerður Gunnlaugsdóttir	Höttur
Lilja Margrét Ólafsdóttir	Víkingur	Bára Björk Jóelsdóttir	Breiðablik
Stefanía Rakeil Engilbertsdóttir	ÍA	Alda Björt Atladóttir	ÍR
Ragnheiður I Guðjónsdóttir	KR	Rebekka Sigurbjörnsdóttir	Víkingur
Salka Ólafsdóttir	KR	Þórdís Lilja Jónsdóttir	FH
Auður Ósk Kristjánsdóttir	Völsungur	Júlíana Hrefna Gunnarsdóttir	Fjölnir
Karítas Davíðsdóttir	Haukar	Júlía Bríet Smith	Afturelding

Dagskrá

Miðvikudagur 26. mars	Fimmtudagur – 27. mars	Föstudagur –28. mars
Miðgarður - Garðabæ	Miðgarður - Garðabæ	Miðgarður - Garðabæ
09:15 Mæting: Lið 1 og 2	09:15 Mæting: Lið 2 og 4	09:15 Mæting: Lið 1 og 4
09:30 Leikmenn fá æfingaföt	09:30 Liðsfundir	09:45 Upphitun
09:45 Upphitun	09:45 Upphitun	10:00 Leikur (lið 1 og lið 4)
10:00 Leikur (lið 1 og lið 2)	10:00 Leikur (lið 2 og lið 4)	12:00 Fyrirlestur - Íþróttasálfræði
11:30 Dagskrá lokið	11:30 Dagskrá lokið	12:30 Dagskrá lokið
Hópaskipti	Hópaskipti	Hópaskipti
11:45 Mæting: Lið 3 og 4	11:45 Mæting: Lið 1 og 3	11:15 Mæting: Lið 2 og 3
12:00 Leikmenn fá æfingaföt	12:00 Liðsfundir	11:30 Fyrirlestur – Íþróttasálfræði
12:15 Upphitun	12:15 Upphitun	12:15 Upphitun
12:30 Leikur (lið 3 og lið 4)	12:30 Leikur (lið 1 og lið 3)	12:30 Leikur (lið 2 og lið 3)
14:00 Dagskrá lokið	14:00 Dagskrá lokið	14:00 Dagskrá lokið

Á fyrsta degi fá leikmenn fá afhenta æfingaboli, stuttbuxur og sokka sem þeir halda á meðan Hæfileikamóti standur. Þeir taka því fötin með sér heim á milli leikja. Eftir leik á föstudag eiga leikmenn svo að skila stuttbuxum og sokkum en þær fá að eiga bolinn.

Stúlkurnar skulu sjálfir koma með vatnsbrúsa á æfingarnar.

Einnig er sniðugt að vera með einhverja næringu til að fá sér strax eftir æfingar.

Vinsamlegast afhendið leikmönnum ykkar afrit af þessu bréfi.

Mikilvægt er að öll forföll séu tilkynnt til þjálfara: margretm@ksi.is

Forföll gætu haft í för með sér breytingar á liðum. Ef það gerist, verður haft samband við leikmenn og þeir upplýstir.

KSÍ greiðir kostnað við flug leikmanna sem fljúga í verkefni með Icelandair. Félag leikmanns eða forráðamenn leikmanns eða leikmenn sjálfir skulu senda tölvupóst á netfang yngri landsliða, yngrilandslid@ksi.is til að bóka flugið.

Í tölvupóstinum þarf að koma fram: fullt nafn, kennitala, símanúmer og tölvupóstfang viðkomandi. Einnig þarf að koma fram hvaða flug skal bóka, bæði dagsetning og tími (dæmi: 14. mars RKV-EGS 14:40 og heim aftur 15. mars EGS-RKV 9:00).