



Illustrasjonsbilde Heidi Løke, Vipers Kristiansand  
Foto: NTBScanpix

## REMA 1000-ligaen Kvinner 2020-21

Her er en oversikt over spillerstaller, tilgang/avganger hos lagene i REMA 1000-ligaen Kvinner ved seriestart.

01.09.20 Svein Andrésen



Oversikten er basert på innmeldingene fra lagene selv til det planlagte Avkast-arrangementet (som dessverre ikke lot seg gjennomføre).

### AKER TOPPHÅNDBALL (Nr 7 i 2019-20)

**Spillerstall:** Olivia Lykke Nygaard, Janne Håvelsrud Eklo, Tuva Ulsaker Høve, Marthine Svendsberget, Julie Sofie Granum, Karoline Lund, Julie Aspelund Berg, Karoline Marie Elliot Borg, Mia Kristin Syverud, Marie Louise Moen Berg, Ine Erlandsen Grimsrud, Marielle Daee Nordvang, Vilde Johansen, Rikke Midtfield, Marie Loka Øynda, Ane Cecilie Høgseth, Freja Emilie Vinther Christensen  
**Nye spillere:** Mia Syverud (Fjellhammer), Janne Eklo (Oppsal), Ine Grimsrud (egen rekruttgruppe), Marie Berg (egen rekr.gruppe).  
**Spillere i avgang:** Marielle Martinsen (Aarhus, DEN), Ane Rustad (Bærum TH), Maja Grøgaard (lagt opp), Zoe van der Weel (lagt opp), Amalie Mogstad (Nordstrand), Marlene Skålhegg (Fjellhammer).  
**Trenere:** Henrik WilhelmSEN / Vigdis Holmeset.

### BYÅSEN HÅNDBALL ELITE (Nr 3 i 2019-20)

**Spillerstall:** Annick Lipman, Andrea Holm Aune, Anna Bjørke Kallestad, Dina Klungveit Olufsen, Sofie Riseth, Anna Huse, Teodora Tomac, Caroline Aar Jakobsen, Ida Alstad, Hedda Iversen Hagen, Kristin Loraas Eiriksson, Helle Kjellberg-Line, Mathilde Arnstad, Karen Forseth, Ane Bagoien Hjulstad, Johanne Halseth Nypan, Mathilde Caroline Holck, Marie Kristine Rokkones Hansen, Kjerstin Boge Solås, Julie Bøe Jacobsen.  
**Nye spillere:** Kjerstin Boge Solås (Siófok, Ungarn), Dina Klungveit Olafsen (Ålgård), Hedda Iversen Hagen (Volda), Karen Forseth (Klæbu), Andrea Holm Aune (Charlottenlund), Johanne Halseth Nypan (Nidelv), Mathilde Arnstad (Charlottenlund).  
**Spillere i avgang:** Yasminee Gluić (Kungälv, Sverige), Jenny Södrén (lagt opp), Patrycja Swierczewska (Lubin, Polen), Oda Uthus (lagt opp), Astrid Mjøen Holstad (Rælingen), Maja Magnussen (Sola), Åsa Grønning Almberg (Levanger).  
**Trenere:** Atle Oliver Johansen / Frode Bjerkan.

### FANA (Nr 6 i 2019-20)

**Spillerstall:** Christine Karlsen Alver, Susanne Berven, Sara Berg, Aurora Kjellevold Hatle, Maren Gabrielsen, Celine Solstad, Sofie Ege Grønlund, Andrea Martine Solstad, Cathrine Schjøtt, Marit Ova Bøyum, Silje Marie Heleen Selstad, Sofie Vinde Norum, Eva Kristiansen, Oda Cathrine Lunne Mastad.  
**Nye spillere:** Ingen  
**Spillere i avgang:** Juliane Moberg Løvik (Gneist), Synna Lien (Vendssyssel, Danmark)  
**Trenere:** Erlend Lyssand / Catharina Furnes.

### FLINT TØNSBERG (nyopptrykket)

**Spillerstall:** Aurora Aurheim, Karoline Müller Lislien, Mari Finstad Bergum, Nora Bugge, Synne Fosshem, Elise Johnsen, Malin Alice Lundemo, Eline Fagerheim, Elise Vedeler, Mia Vik Gabrielsen, Zaynab Elmrani, Celina Vatne, Gabi Sørvik-Hansen, Sanne Løkka Hagen, Felicia C.Tangen, Charlottte K. Iversen, Mia Leikvold Trapnes, Andrea V. Fredriksen, Martine G. Øvreberg, Henriette Jarneid, Karoline Fahlberg.  
**Nye spillere:** Martine Grip Øvreberg (Kongsvinger), Karoline Fahlberg (Ikast Håndbold, DEN), Felicia Tangen (egen stall), Aurora Aurheim (egen stall), Mia Vik Gabrielsen (egen stall).  
**Spillere i avgang:** Nina Haugen (lagt opp), Cecilie Wick Ullitz (Sandefjord), Hege Eek-Larsen (Gjerpen).  
**Trenere:** Zarko Pejovic / Marianne Iversen.

### FREDRIKSTAD BKL (Nr 8 i 2019-20)

**Spillerstall:** Thale Rushfeldt Deila, Benedicte Frøland Nesdaal, Andrea Johansson, Ida Marie Svørsen Kallhovd, Frida Kjuus Christiansen, Hanna Blystad, Hanne Sagvold, Karoline Elise Svørsen, Jenny Sandgren, Maja Muri, Julie Hulleberg, Live Rushfeldt Deila, Jenny Sofie Sundt Utne, Andrea Rønning, Selma Helén Henriksen, Frida Brandbu Andersen, Anette Hansen, Martine Guterud Helland, Thea Øby- Olsen  
**Nye spillere:** Hanne Sagvold (Byåsen, utlån i fjor), Andrea Johansson (Boden, SWE), Benedicte Frøland Nesdaal (Tertnes), Selma Helén Henriksen (egen jr. stall), Frida Brandbu Andersen (egen jr. stall).  
**Spillere i avgang:** Tea Malmstrøm (lagt opp/pause), Terese Antonsen (Østsidan), Marte Figsenschau (Bærum Topphåndball), Nora Lande Thulin (lagt opp/pause), Hedda Lande Thulin (lagt opp/pause).  
**Trenere:** Eirik Haugdal / Magnus Andersen.

### LARVIK HK (nyopptrykket)

**Spillerstall:** Helene Voss Sanner, Thea Bakås, Vilde Bakås, Elinore Johansson, Tiril Günther Merg, Anette Sundfær, Julianne Drevland Bjørnøe, Thina Helene Kolås Øyesvold, Alma Hasanic Grizovic, Sofie Løwe, Guro Ramberg, Tine Stange, Tirill Solumsmoen Mørch, Trine Bronsta, Tonje Roth Berglie, Hanna Åhlén, Tuva Muffetangen, Maja Furu Sæteren, Victoria Solli Berg, Lin-Cesilie Aker Heien.  
**Nye spillere:** Hanna Åhlén (Aalborg, Danmark), Tirill Solumsmoen Mørch (Gjerpen), Maja Furu Sæteren (Kragero), Tuva Muffetangen (Kragero), Lin-Cesilie Aker Heien (Konnerud).  
**Spillere i avgang:** Mie Sophie Sando (Herring-Ikast Håndbold, Danmark), Lena Løwe (ukjent).  
**Trenere:** Are Ruud/Lene Rantala

### MOLDE ELITE (Nr 5 i 2019-20)

**Spillerstall:** Katrine Dalstein Myrvang, Sherin Obaidli, Mona Obaidli, Julie Lygren, Lone Kathinka Elisabeth Vik, Hege Løken, Vilde Nerås, Mathilde Rivas-Toft, Anniken Obaidli, Catharina Fiskerstrand Broch, Ingrid Helene Vikås, Ine Karlsen Stangvik, Emma Okuot Obiech, Andrea Hanssen, Sofie Rakvåg Roald, Sarah Dalsgaard Paulsen, Mari Molid, Emilie Christensen, Melanie Bak.  
**Nye spillere:** Lone Vik (Volda), Catharina Fiskerstrand Broch (Follo), Emma Obiech (egen. jr. avd), Sofie Rakvåg Roald (egen. jr.avd.), Emilie Christensen (FTC Rail Cargo Hungaria, Ungarn), Melanie Bak (Randers HK, Danmark).  
**Spillere i avgang:** Malene Aambakk (Odense, Danmark), Lynn Molenaar (Füchse Berlin, Tyskland), Kristin Halvorsen (Oppsal), Caroline Martins (Rælingen).  
**Trenere:** Tor Odvar Moen

### OPPSAL (Nr 9 i 2019-20)

**Spillerstall:** Vilde Tornes Finneide, Mariann Gabrielsen, Tiril Spæren, Emma Skinnehaugen, Sofie Fynbo Larsen, Nora Løken, Julie Næss Brodahl, Lina Marie Jensen, Lorin Sendi, Kristin Halvorsen, Mille Tveit Porsmyr, Amalie Haug, Frida N. Rønning, Benedikte Kalstad Hernes, Birta Run Grétarsdóttir, Sara Madsen.  
**Nye spillere:** Tiril Spæren (Follo), Amalie Haug (Oppsal rekrutt), Nora Løken (Oppsal rekrutt), Mille Porsmyr (Oppsal rekrutt), Kristin Halvorsen (Molde), Julie Ness Brodal (Fredrikstad), Benedikte Kalstad Hernes (Fyllingen), Sofie Fynbo Larsen (Horsens, Danmark), Sara Jakobsen Madsen (Sæby, Danmark), Birta Grétarsdóttir (Førde).  
**Spillere i avgang:** Eli Marie Raasok, (Silkeborg-Voel, Danmark), Eira Aune (Silkeborg-Voel, Danmark), Vilde Andersen Vinje (Fjellhammer), Janne Håvelsrud Eklo (Aker), Thea Imani Sturludóttir (Aarhus, Danmark), Ricke Böttger (lagt opp), Mie Elen Rakstad (Fjellhammer), Sara Sætre Rønningen (Storhamar), Guro Lundtveit Svennevig (lagt opp), Hanne Andve (Randesund), Susanne Andersson (Gjerpen), Pernille Eriksen (lagt opp).  
**Trenere:** Stian Bjermeland / Marte Arnesen-Kirkemo.

### RÆLINGEN (Nyopptrykket)

**Spillerstall:** Caroline Martins, Astrid Mjøen Holstad, Ida Ringlund Hansen, Siri Jonhaugen, Frida Haug Hoel, Anniken Wollik, Karina Selland, Sisse Marie Bøge Fahlberg, Emma Holtet, Sarah Deari Solheim, Silje Fjellengen, Daniella Holm, Karoline Kommedal Strømberg, Kristin Dorthea Eskerud, Carina Berg, Hanne Nilsen Morlandstø, Marte Juuhl Svensson, Lotte Nordås, Shannen Sanchutha Jeharan, Rikke Arnesen, Astrid Mjøen Holstad.  
**Nye spillere:** Ida Ringlund Hansen (Follo), Caroline Martins (Molde), Shannen Sanchutha Jeharan (NIT/HAK), Astrid Mjøen Holstad (Byåsen).  
**Spillere i avgang:** Pernille Sannes Nylend (uavklart), Vilde Byberg Smedstad (lagt opp).  
**Trenere:** Ane Victoria Mällberg / Michael James O'Sullivan.

### SOLA HK (Nr 10 i 2019-20)

**Spillerstall:** Esmeralda Fetahovic, Guro Berland Husebø, Malin Holta, Martine Wolff, Frøydis Seierstad Wiik, Johanna Fossum, Maja Magnusen, Kristiane Knutsen, Kristina Sirum Novak, Martha Barka, Mia Humborstad Westgaard, Emilie Andreaassen Hamre, Hege Holgersen Danielsen, Camilla Herrem.  
**Nye spillere:** Esmeralda Fetahovic (Lugi, Sverige), Guro Husebø (egen stall/rekruttlag), Emilie A. Hamre (egen stall/rekruttlag), Mia Humborstad Westgaard (Kongsvinger), Maja Magnusen (Byåsen), Kristiane Knutsen (Follo).  
**Spillere i avgang:** Kimberley E. Bleivik (lagt opp), Oda Aasheim (lagt opp), Maren E. Langø (Ålgård), Anna Clara Fjellheim (Grane), Sofie Svarrer Hansen (Füchse Berlin Reinickendorf, Tyskland), Mette Brandt Nielsen (Fredrikshavn, Danmark), Mina Mjærum (Volda).  
**Trenere:** Steffen Stormo Stegavik / Kjetil H. Aanestad.

### STORHAMAR (Nr 2 i 2019-20)

**Spillerstall:** Stine Lidén, Andrea Landås Gabrielsen, Susanne Liberg Amundsen, Lone Sandvik, Elise Skinnehaugen, Ellen Marie Hellern Folkvord, Maja Jakobsen, Selma Brodal, Kristin Venn, Tonje Enkerud, Tonje Haug Lerstad, Andrea Holmsveen Moen, Lea Løkke-Øwre, Caroline Nøkleby Dammen, Sara Sætre Rønningen, Moa Amanda Fredriksson, Betina Riegelhuth, Emilie Hovden, Guro Nestaker, Cassandra Tollbring, Kristiane Stormoen, Sofie Riseth.  
**Nye spillere:** Kristiane Stormoen (Boden, Sverige), Sara Rønningen (Oppsal), Caroline Nøkleby Dammen (Kristad), Cassandra Tollbring (Bourg de Peage, Frankrike)  
**Spillere i avgang:** Maria Keiserås Haugen (Follo), Linn Andreasen (Gjerpen), Anna Mortvedt (Militæret), Mia Svele (Nyköbings Falster, Danmark).  
**Trenere:** Kenneth Gabrielsen / Espen Olaussen / Ole Christian Kristiansen.

### TERTNES (Nr 4 i 2019-20)

**Spillerstall:** Josefine Gundersen Lade, Birgitte Karlsen Hagen, Thea Adankiewicz, Skarstein Hauge Kjøllholdt, Linn Gossé, Madeleine Hilby, Karoline Fantoft, Thea Adelheid Skarstein-Storeng, Eva Erdal Moen, Hermine Motzfeldt Auberg, Eli Smørgrav Skogstrand, Katarina Viktoria Bjørnaskau Berens, Rikke Larsen Øyerhamn, Kaja Horst Haugseng, Josefine Intelhus.  
**Ny spiller:** Josefine Intelhus (Vipers)  
**Spillere i avgang:** Tina Abdulla (Dortmund, Tyskland), Benedicte Nesdaal (Fredrikstad), Kristin Nørstebo (lagt opp).  
**Trenere:** Tore Johannessen / Jarle Alvær.

### VIPERS KRISTIANSAND (Nr 1 i 2019-20)

**Spillerstall:** Andrea Austmo Pedersen, Karoline Olsen, Emilie Emilie Arntzen, Tonje Haugjord Røffler, Malin Aune, Carolina Mardens Miranda Morais, Karine Emilie Dahlum, Nora Mørk, Vilde Kaurin Jonassen, Silje Katrine Waade, Evelina Eriksson, Linn Sulland, Katrine Lunde, Kristine Hårtveit Thomassen, June Andenaes, Jeanett Egebakken Kristiansen, Ragnhild Valle Dahl, Marta Tomac, Hanna Maria Yttereng, Henny Ella Reistad, Sunniva Amalie Næs Andersen, Jana Knedlikova, Heidi Løke.  
**Nye spillere:** Evelina Eriksson (Skuru, Sverige), Jana Knedlikova (Győr, Ungarn), Nora Mørk (Bucuresti, Romania), Jeanett Egebakken Kristiansen (Herring/Ikast (Danmark), Karine Dahlum (Våg).  
**Spillere i avgang:** Yurou Yang (Kina), Josefine Intelhus (Tertnes).  
**Trenere:** Ole Gustav Gjekstad / Endre Fintland.

### SLUTTSPILL KVINNER

Siste serierunde spilles etter planen 11. mars 2021. Deretter er det sluttspill:  
De åtte beste lagene i REMA 1000-ligaen spiller sluttspill. Det spilles best av tre kamper i alle runder. Best plasserte lag fra REMA 1000-ligaen har hjemmekamp i kamp 1 og eventuelt kamp 3. Det skal kåres en vinner i samtlige kamper.  
Vinner av sluttspillet får den høyest rangert E-cup-plassen. Den nest høyest rangerte E-cup-plassen tildeles vinner av REMA 1000-ligaen. Datoene for sluttspill kan justeres ut fra E-cup-deltakelse, TV-kamper, antall kamper i hver runde i sluttspillet, eller andre forhold.

### NEDRYKK/KVALIFISERING

Med 13 lag blir det endrede regler for kvalifisering denne sesongen. Tre lag skal spille kvalifisering.  
Nedrykk  
Lagene som blir nummer 12 og 13 etter endt serie i REMA 1000-ligaen, rykker ned i 1. divisjon.  
**Kvalifiseringen spilles best av tre kamper:**  
Lag nr. 11 fra REMA 1000-ligaen møter lag nr. 2 i 1. divisjon.  
Lag nr. 10 fra REMA 1000-ligaen møter lag nr. 3 i 1. divisjon.  
Lag nr. 9 fra REMA 1000-ligaen møter lag nr. 4 i 1. divisjon.  
Lagene fra REMA 1000-ligaen har hjemmekamp i kamp 1 og eventuelt i kamp 3. Det skal kåres en vinner i samtlige kamper. Dersom det etter opprinnelig spilletid står uavgjort spilles det ekstraomgangene og eventuelt 7m-kast etter bestemmelsene i §10 i kamp og konkuransereglementet. Det laget som har vunnet to kamper, rykker opp/holder plassen.  
TV 2 sender også i år kamper fra REMA 1000-ligaen på TV 2 sport og SUMO, mens [direktesport.no](#) streamer de øvrige kampene somastes opp på [handballtv.com](#) neste virkedag.  
**Se mer om REMA 1000-ligaen 2020-21**