

Lederspalte julen 2024

Leder av Styrkeløftregion Øst

Det er kun få dager igjen til julen og kort tid til vi går over i 2025.

Dette året har som foregående år vært nok et aktivt og begivenhetsrikt år for Styrkeløftregion Øst.

Aktiviteten har vært stor. Regionens klubber har arrangert mange stevner og det har vært stor deltakelse. Regionstrenerne har vært aktive og det er foretatt mange klubbbesøk, kurs og samlinger.

I 2024 ble det avholdt to norske mesterskap i regionen.

NM styrkeløft (utstyrsfritt) med rekorddeltakelse ble avholdt i Oslo i mars .

NM styrkeløft (med utstyr) for ungdom, junior og veteraner ble avholdt i Moss i november.

Begge svært vellykkede mesterskap.

Når det gjelder det sportslige har mange av regionens løftere forsynt seg grovt. I tillegg til mange NM-titler i de forskjellige klassene har også flere av regionens løftere utmerket seg med gode internasjonale resultater og plasseringer.

Regionsmesterskapene i 2024 ble arrangert av Moss SI , benkpress med og uten utstyr i januar og av Høland IUL , styrkeløft med og uten utstyr i november. Begge godt arrangerte og vellykkede stevner.

De to siste regionsmesterskapene i styrkeløft – Brumunddal AK i 2023 og Høland IUL i 2024 har for øvrig hatt svært stor deltakelse. Dette er selvfølgelig gledelig, men ikke helt uproblematisk for arrangør. Vi vil derfor vurdere hvordan vi skal arrangere våre fremtidige regionsmesterskap. Skal vi ha flere stevner, skal mesterskapene deles opp på en annen måte enn i dag , skal vi ha kvalifiseringskrav eller eventuelt annet. Dette vil bli en sak på vårt neste Regionsting.

Neste Regionsting blir for øvrig lørdag 01.03.25 på Storebaug Hotell og Kro , Moss. Da er det bare å sette av denne datoen allerede nå.

Styrkeløft er i stadig medvind i regionen. Det er mange løftere og mange stevner og også stor aktivitet for øvrig med kurs , samlinger, klubbesøk av regionstrenerne osv.

Da vil jeg ellers benytte anledningen til å ønske alle løftere , klubber , trenere , ledere og alle andre som bidrar i Styrkeløftregion Øst en riktig god jul og et godt nytt år.

Med vennlig hilsen

Vegard Røysum