



Til: Klubber tilsluttet Styrkeløftregion Øst  
Spesielt invitert: Norges Styrkeløftforbund

Frogner 1. februar 2025

## **INNKALLING TIL ORDINÆRT REGIONSTING 2025**

Styret i Styrkeløftregion Øst innkaller med dette til regionsting:

**Tid** : Lørdag 1. mars 2025, kl. 11.00.  
**Sted** : Storebaug Hotel, Storebaug 2, 1529 Moss

### **Saksliste**

- Fullstendig saksliste med forslag sendes ut senest 1 uke før regionstinget. Valgkomiteens innstilling til nytt styre skal være en del av forslagene.

### **Klubbene bes vennligst om å sende inn:**

- Oversikt over tingdelegater, jfr. § 9 i lov for Styrkeløftregion Øst. Tingdelegater må være meldt til regionen senest én uke før tinget. Delegasjoner skal være sammensatt i henhold til NIF's lov § 2-4, kjønnsfordeling.
- Forslag som skal behandles på tinget. Forslag må være sendt til Vegard Røysum på e-post [vegard.roysum@nav.no](mailto:vegard.roysum@nav.no) senest 2 uker før tinget, dvs. lørdag 15. Februar 2025.
- Forslag på kandidater til styreverv. Forslag sendes innen lørdag 15. Februar 2025 til valgkomiteens leder Helge Aarsrud på e-post [helaar@yahoo.no](mailto:helaar@yahoo.no)

### **§ 9 Representasjon på kretstinget**

På regionstinget møter med stemmerett:

a) Regionsstyret

b) Representanter fra idrettslagene i regionen etter følgende skala:

For medlemstall t.o.m. 30 medlemmer - 1 repr.

For medlemstall f.o.m. 31 medlemmer t.o.m. 60 medlemmer - 2 repr.

For medlemstall f.o.m. 61 medlemmer - 3 repr.

3 representanter er det høyeste antall representanter et lag kan ha.

**NB!** Husk å oppgi medlemstall per 31/12 ved påmelding.

Idrettslag som skylder kontingent for mer enn ett år har ikke stemmerett eller andre rettigheter på regionstinget.

Det vil kun bli dekt kjøregodtgjørelse av en bil per klubb.

Styrets årsberetning for 2024 og Lov for Styrkeløftregion Øst oversendes vedlagt.

**For å få innvilget pengestøtte fra Region Øst, må klubben sende representant(er).**

Velkommen til regionsting 2025.

**Styrkeløftregion Øst**

**V/styret**

Vedlegg: Årsberetning 2024

Lov for Styrkeløftregion Øst