****

**Styrkeløftregion Øst**

**Referat**

**Styremøte nr. 2022-04**

**Tid : 8. november kl. 17.00**

**Sted : Teams**

Til stede: Vegard Røysum, Vidar Tangen, Eilen Pollen, Fredrik Søberg, Karen Hesthammer, Runar Saxegård, Sofie Flyvholm Haug, Cathrine Bjelland, Hege B. Solberg

Gjest: Nicolai Roness, leder i Østlandet Vektløfterregion

**Styrereferat nr. 2022-03 er godkjent via e-post.**

**AVSLUTTEDE SAKER**

**02/11 Samarbeid mellom klubber**

**05/22 RM 2023**

**06/22 Oppdatering regionsrekorder**

**07/22 Oppfølging internationale mesterskap**

**VEDTATT PÅ E-POST SIDEN FORRIGE STYREMØTE**

* Ungdomsstipend tildelt og utbetalt
* Utbetalt støtte til Frogner AK kr 2 700,- til ny stang
* Utbetalt støtte til IL Kraftsport kr 11 400,- Datapakke liveoverføringer
* Utbetalt støtte til IL Kraftsport kr 7 600,- til 2 stk. konkurransevekter.

**VIDEREFØRTE SAKER**

**01/21 ØKONOMI**

* Orientering av status v/Vidar
* Nytt økonomisystem fra nyttår

**Oppdtatering**:

**Vidar orienterte om status pr. i dag. Ligger an til ca 75 000 i overskudd.**

**Litt større tilskudd fra Idrettskretsene**

**Mva-komp kommer slutten desember**

**104 000 mer i Bingomidler for 2022 enn budsjettert.**

**Regionen har 680 000,- egenkapital pr i dag.**

**Brandbu IF startet styrkeløftgruppe rett før nedstengning grunnet Corona. Nye klubber får 10 000,- til utstyr. Brandbu har ikke fått benyttet denne muligheten. Ønsker tilskuddet nå til innkjøp av utstyr. Klubben får 10.000.- til godkjent utstyr mot kvittering og kan søke om inntil 1/3 av resten. Det må gjøres før 010323 og klubben må delta på regionstinget.**

**IL Kraftsport fått Nordisk 2023, får 25 000,- til arrangementet. Tas på budsjettet for 2023**

**Ansvarlig : Vidar Tangen.  
Status : Videreføres.**

**02/21 AKTIVITETER**

- Aktivitetsplan 2022, Ansvar Vegard Røysum.

* Orientering-

**Oppdatering: Vegar sjekker opp ang. frister for rapporter og søknader til kretsene.**

**Ansvarlig : Vegard**

**Status : Videreføres**

**07/20 Strategiplan**

* Strategiplanen er godkjent av styret.
* Vi skal begynne med noen av punktene og skal da prøve å få gjennomført alt innen 3 år.
* Vegard skal få i gang en organisasjonshåndbok og delta på styremøter i klubbene.
* Vidar går i gang med klubbutvikling.
* Karen ser litt mer på klubbesøk.

**Oppdatering: Vegard har vært på 2 klubbesøk, Brandbu IF og Frogner AK**

**Vidar har vært på klubbutvikling i Lenja AK og Halden SI**

**Planlagt møte i Brumunddal AK i 2023**

**Ansvarlig : Vegard**

**Status : Videreføres**

**NYE SAKER:**

**08/22 Innbydelse til RM benk 2023**

* Høland IUL arrangerer RM benk med og uten utstyr 25.-26. februar 2023

**Oppdatering: Runar har vært på besøk. En del de trenger hjelp til. Anbefalt å søke hjelp hos Askim SK og Lenja AK. Mangler noe konkurranseutstyr, kan lånes av andre. Anbefalt at de har et stevne før RM. Etterlyser kurs i Powerlifting live før RM. Hjelp fra Lenja AK hvis ikke kurs arrangeres før. Bruke dommerutstyret til Lenja AK. RM arrangeres av Høland IUL med hjelp fra Lenja AK, Askim og evt. IL Kraftsport. Runar i dialog ukentlig. Innbydelse kommer før jul.**

**Oppfordrer Halden til å søke 2024**

Ansvarlig: Runar Saxegaard

Status: Videreføres

**09/22 Dommeroppsett 2023**

Oppdatering: **Dommeroppsett skal være klart før jul. Terminliste for Region Øst er oppdatert.**

Ansvarlig: Fredrik Søberg

Status: Videreføres

**10/22 Kurs 2023**

**Oppdatering:**

**Powerlifting live, tenkt mars 2023, prøve å få det til før RM**

**Trener 1 del 2 Vært i kontakt med regionstrenerne. Ikke avklart tidspunkt.**

**Trener 1 del 3 arrangeres av forbundet.**

**Ønsker oversikt over klubbesøk og samlinger for 2023**

Ansvarlig: Eilen

Status:Videreføres

**11/22 Regionstinget 2023**

**Oppdatering: Avholdes i mars. Arrangeres på Teams 11.3 2023**

Ansvarlig: Vegard Røysum

Status:

**04/22 Eventuelt**

**Ønsker parautøvere. Hvordan kan man rekruttere disse?**

**Vektløfterregion har et prosjekt med Landsforeningen for ryggmargsskadde. Invitrer Styrkeløftregion Øst til neste møte.**

**NESTE MØTE**

Dato for neste møte : **tirsdag 24. januar Idrettens hus Strømmen kl. 18.00**

**Ansvarlig : Vegard Røysum**

**Status : Videreføres.**