****

**Styrkeløftregion Øst**

**Referat**

**Styremøte nr. 2021-04**

**Tid : 23. september**

**Sted : Rødskiferveien 13 (Kolsås), hjemme hos Sofie**

**Styrereferat nr. 2021-03 er godkjent via e-post.**

**Til stede: Vidar Tangen, Vegard Røysum, Geir Johansen, Hege Berntsen, Fredrik Søberg, Sofie Flyvholm Haug, Runar Saxegaard, Karen Hesthammer**

**Forfall: Kathrine Bjelland**

**AVSLUTTEDE SAKER**

**06/20** Eget forum/facebook-side for klubbtrenere

**10/19** NM-uken 2021

**08/20** RM Utstyr 2021

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

**VIDEREFØRTE SAKER**

**01/21 ØKONOMI**

* Rapportering.
* Kommet inn regninger fra regionstrenerne på 10 000,-
* Fått kr 2 900,- i koronamidler
* Bingoinntekter på kr 25 000,- så langt i år, budjettert med 85 000,-
* Regnskapet viser overskudd på ca 60 000,- pr 23.09.21 Budsjettert med 88 000,- i underskudd.
* 750 000,- på konto.
* Fondet viser et overskudd på kr 2 589,-.

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

**02/21 AKTIVITETER**

- Aktivitetsplan 2021, Ansvar Vegard Røysum.

* Store endringer i planen grunnet korona
* Hege går igjennom planen og korrigerer endringer.
* I rute med alle søknader.

**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:**

* **Alle medlemmer i styret leser gjennom retningslinjene for sine områder og**

**sender en oversikt over sine oppgaver til Vegard**

* **Sekretær (Hege) sender ut viktig informasjon som blir lagt ut på hjemmesiden på e-post til alle klubbene i regionen.**
* **Sofie oppdaterer alle linker på hjemmesiden.**
* **Klubbmøter ikke avholdt pga. korona. Vegard tar kontakt med aktuelle klubber.**
* **Vegard lager et utkast til organisasjonshåndbok til tinget. Tas opp i egen sak der**

**Ansvarlig : Vegard**

**Status : Videreføres**

**03/21 Paraidrett**

Vegard skal på møte med Viken idrettskrets hvor et av temaene er paraidrett.

To klubber i regionen – Lenja AK og Askim SK har sagt de kan ta i mot parautøvere.

**Oppdatering: Vegard informerte fra møte i Viken idrettskrets**

**Ansvarlig : Vegard**

**Status : Avsluttes**

**NYE SAKER:**

**04/21 RM med og uten utstyr**

Kan man slå sammen RM UF og Utsyr, evt. andre løsninger.

Evaluering av RM UF 2021

**Oppdatering: Det arrangeres eget RM for benkpress med og uten utstyr og eget**

**RM for styrkeløft med og uten utstyr.**

**Startkontingent for RM benkpress settes til 400,-**

**Startkontingent for RM styrkeløft settes til 600,-.**

**Støtte til klubber som attangerer RM setter til:**

**Kr 9 000,- for 1 dag**

**Kr 15 000,- for 2 dager**

**Kr 20 000,- for 3 dager**

**05/21 Deltakerer til tinget i NSF**

Regionen skal stille med 2 deltakere til tinget.

**Oppdatering: Vergard Røysum og Hege Berntsen stiller på tinget.**

**Sofie Flyvholm Haug (reserve)**

**06/21 Ungsomsstipend**

Regionen deler ut 3 stipend à kr 3 000,- i 2021.

Stipend tildeles:

1. Tuva Lierhagen, Brummundal AK
2. Sigurd Rudshaug, Brummundal AK
3. Kenny Nicolay Andersen, Lenja A

**Ansvarlig :**

**Status : Avsluttes**

**NESTE MØTE**

Dato for neste møte : Torsdag 25. november 2021  
Rom bestilles av : Vegard Røysum

**Ansvarlig : Vegard Røysum**

**Status : Videreføres.**