

# Styrkeløftregion Øst

## REFERAT FRA STYREMØTE 2008-04

Tid : 19. august 2008.  
Sted : Osloidrettens Hus, Ekebergveien 101, Oslo  
Til stede : Hans Martin Arnesen, Bjørn Andreas Holmsen, Vidar Tangen,  
Vegard Røysum, Egil Kroknes, Leif Sydengen og Renate Loraas.  
Forfall : Ingunn Elise Haakonsen.

**Styrereferatet nr. 2008-03 er godkjent via e-post.**

### AVSLUTTEDE SAKER

#### 10/08 ORIENTERING FRA EKSTERNE MØTER

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

11/08 UNGDOMSSAMLING – REISE OG OPPHOLD  
12/08 TRENER II KURS - REISEUTGIFTER

### VIDEREFØRTE SAKER

#### 01/08 ØKONOMI

Kasserer Vidar Tangen orienterte om regionens økonomi. Regionen har pr. i dag en totalbeholdning på kr 338141,26. I forbindelse med Nordisk mesterskap i Finland vil regionen få en utgift på ca. kr 12 000,-. Hans Martin Arnesen informerte om fastrenteordningen. Regionen har pr. i dag kr 104 448,86 på fastrentekontoen. Styret fattet vedtak om at fastrentekontoen bindes for ett år med en rente på 6,85 %, og at avkastningen på fastrentekontoen går inn i driften av regionen med fratrukk av evt. vedtektsfestet avsetning på fondet. Det ble videre vedtatt at kr 100 000,- av sparekontoen plasseres best mulig i forhold til tidsbinding og rente. Regionen har nå fått respons fra ØIK på sitt brev av 4. juli 2008. ØIK kommer tilbake til saken ultimo august 2008.

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

#### 02/08 AKTIVITETER

Aktivitetsplanen 2008 ble oppdatert. Lørenskog AK endrer dato for sitt klubbmesterskap fra 9. september 2008 til 30. september 2008. Lørenskog AK avlyser sitt åpne stevne 21. oktober 2008 da dette kun er 2-3 dager etter at Syd-Norsk mesterskap er avholdt. IL Kraftsports klubbmesterskap 22. september 2008 arrangeres på Avancia, Skedsmokorset. Regionstrenerordningen er for tiden ute av funksjon. Egil Kroknes tar nå tak i dette.

Det ble vedtatt at regionstreneren heretter får kr 2 000,- pr. klubb-besøk til dekning av sine kostnader. Og han kan foreta to klubb-besøk i hver klubb pr. år. Pengene sendes til vedkommende klubb som igjen overfører pengene til regionstreneren.

Alt er i rute i forbindelse med Nordisk mesterskap i Finland.

Vidar Tangen ordner med gave til arrangøren.

Det er påmeldt 5 deltakere til lederkurset 30-31. august 2008.

På aktivitetsdagen for funksjonshemmede 7. september 2008 stiller Hans Martin Arnesen, Bjørn Andreas Holmsen og Bjørn Astad fra regionen. Bjørn Astad tar med utstyr.

Forberedelsene til ungdomssamlingen på Lørenskog 13-14. september 2008 er i rute. Det er sendt ut program og avtale er inngått med instruktørene.

Rekrutteringen til klubbene er for tiden for svak. Regionen er innstilt på å gjøre en satsing for å hjelpe klubbene med å øke rekrutteringen. I første omgang håper man at Moss SIK og Askim SK forsøker direkte reklame for å se om dette gir resultater. Andre aktuelle tiltak er "ta med en venn" og ungdomssamlinger. Samtlige klubber i regionen oppfordres til å ta tak i dette og alle medlemsklubber kan regne med økonomisk støtte til rekruttering.

Moss SIK arrangerer Syd-Norsk mesterskap 18-19. oktober 2008. Innbydelsen er sendt ut.

Sekretariatet under mesterskapet består av Vegard Røysum speaker, Pål Nilsen sekretær og Hans Martin Arnesen høyningslapper.

Oddbjørn Steen forespørres om han har anledning til å komme, slik at hans stevneprogram kan benyttes. Dersom han ikke har anledning, benytter Pål Nilsen NSF's stevneprogram.

Vegard Røysum og Leif Sydengen kontakter Frank Duve, Moss SIK med konkret forespørsel om hva han/de trenger av hjelp i forbindelse med avviklingen av stevnet.

Regionen sender et brev til klubbene med forespørsel om hvilke måneder som passer best for åpne stevner. I samme brevet innbys også klubbene til å søke om å arrangere RM i styrkeløft og benkpress. Svarfrist er 15. september 2008.

**Ansvarlig : Hans Martin Arnesen**

**Status : Videreføres**

## **NESTE MØTE**

Neste møte legges til Osloidrettens Hus, tirsdag 14. oktober 2008.

Møterom bestilles.

**Ansvarlig : Hans Martin Arnesen**

Møtet ble avsluttet.

Oslo, 19. august 2008

Vegard Røysum  
Referent