

# Styrkeløftregion Øst

## REFERAT FRA STYREMØTE 2010-03

Dato : 20. mai 2010 - kl. 18.00,  
Til stede : Hans Martin Arnesen, Bjørn Andreas Holmsen, Vidar Tangen, Per-Ole Røed,  
Egil Kroknes og Leif Sydengen.

Ikke til stede : Renate Loraas, Valeria Haugseth og Pål Nilsen.

**Styrereferatet nr. 2010-02 er godkjent via e-post.**

### AVSLUTTEDE SAKER

03/10 RM 2010  
04/10 REGIONSTING  
05/10 KONSTITUERING AV STYRET

### VEDTATT PÅ E-POST SIDE FORRIGE STYREMØTE

#### 07/10 NY HJEMMESIDE FOR REGIONEN

- Styret har vedtatt å etablere ny hjemmeside for regionen i samarbeid med Oddbjørn Steen.

### VIDEREFØRTE SAKER

#### 01/10 ØKONOMI

- Status.

- Vidar Tangen orienterte om økonomien. Regionen har per i dag kr 455 361,69 på konto. Av dette er kr 150 024,12 fastrenteinnskudd.
- Administrasjons- og aktivitetstilskudd, kr 14 500, er mottatt fra Akershus Idrettskrets.
- Støtte til kjøp av konkurranseutstyr er utbetalt med kr 5 888,- til Moss SIK, kr 6 700,- til IL Kraftsport og kr 5 495,- til Askim SK.

- Støtte til NM 2011 i Askim SK.

- Utstyr er handlet fra Eleiko og søknad om støtte vil bli sendt Region Øst, som vil gi søknaden prioritet, ettersom det er ønskelig at NM arrangeres i vår region..

- Rekrutteringscup.

- Forslag fra Vidar Tangen ble behandlet, enighet ble oppnådd og forslagsstiller redigerer det endelige forslaget.

**Ansvarlig : Vidar Tangen.**

**Status : Videreføres.**

#### 02/10 AKTIVITETER

- Aktivitetsplan 2010.

- Ble oppdatert.

- Start 2010 - vervekampanje.

- Periode 10. januar - 10. mars. Ga 5 nye, lisensierte medlemmer i kategori ungdom.

- A-kurs, 20-21. mars.

- Vertskap var Askim SK. Instruktør Alexander Kirketeig. 9 deltakere.

- NM Benkpress, 27-28. mars.

- Teknisk arrangør var Askim SK. 161 deltakere.

- Dommerkurs, 09-10. april.

- Vertskap var OPIL. Instruktør Vidar Tangen. 8 deltakere. 1 ny regionsdommer.

- Klubblederkonferanse, 04. september.
  - Ansvarlig Hans Martin Arnesen. Rica Helsefyrt. Ekstern foreleser Tryggve Duun.
  - Hans Martin Arnesen og Vidar Tangen ble enige om tema og forelesningsrekkefølge.
- Regional ungdomssamling, 11-12. sept.
  - Ansvarlig Renate Loraas. Toppidrettssenteret. Instruktor Jørgen Haug.
  - Lokale er booket.
- Regional jentesamling, 30. oktober
  - Ansvarlig Renate Loraas. Toppidrettssenteret.
- Regionstrenerordning.
  - Ansvarlig Egil Kroknes. Lars Edvin Samnøy har vært innleid som regionstrener og 3 klubbbesøk er gjennomført. Til høsten skal 2-3 klubbbesøk skal avholdes.
  - Man vil også forsøke å få til en fellestrening før regionskampen.
- Regionskamp mot Västra Svealand, 18. september.
  - Ansvarlig Egil Kroknes. Sted Halden. Datoen er avtalt med Västra Svealand.
  - Tommy Horvat er kontaktperson for Västra Svealand.
  - Per-Ole Røed blir ansvarlig for resultatsservice og Leif Sydengen blir plattingsjef.
  - Avtale om lagledere er inngått.
  - Arnulf Wahlstrøm kjøper inn minnepremier til deltakerne og premie til beste utøver i hver av de 5 kategoriene, samt regionens premie for beste prestasjon.
- Nasjonalt ungdomsstevne - Fræna, 19. juni.
  - Styret har satt av kr 10 000,- til fordeling på ungdomsløftere fra Styrkeløftregion Øst, maks kr 2 000,- per løfter. Pengene utbetales via løfterens klubb.
- RM
  - Regionen har henstilt til NSF om heretter å legge RM to uker tidligere enn i år, slik at kollisjon med vinterferien unngås i fremtiden.

**Ansvarlig : Hans Martin Arnesen.**  
**Status : Videreføres.**

#### **06/10 VETERANKOMITÈ**

- Status.
  - Komiteen har kontroll på tildelte oppgaver.
  - Innbydelse til EM-benkpress for veteraner legges ut på regionens web side.

**Ansvarlig : Pål Nilsen.**  
**Status : Videreføres.**

#### **NYE SAKER**

##### **08/10 REGIONENS POKAL**

- Forslag fra Vidar Tangen om regionens pokal.
  - Utdeles kun under regionskamp og stevner med NM status arrangert i Region Øst.
  - Arrangør deler ut pokalen for beste prestasjon etter skjønnsmessig vurdering.
  - Region Øst yter for tiden kr 500,- i støtte til pokalen.

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

##### **09/10 UTSTYRSLISTE**

- Inventarfortegnelse, eller liste over utstyr som tilhører Region Øst skal utarbeides.
  - Utstyrslisten skal være ferdig til neste styremøte

**Ansvarlig : Per-Ole Røed.**  
**Status : Videreføres.**

## **NESTE MØTE**

Dato for neste møte: Torsdag 26. august.  
Rom bestilles.

**Ansvarlig** : Hans Martin Arnesen.  
**Status** : Videreføres.

**Møtet ble avsluttet kl. 20.15.**

**Oslo, 20. mai 2010**

**Referent**  
**Per-Ole Røed**