**LOVNORM FOR SÆRKRETSER/REGIONER**

Vedtatt av Idrettsstyret 131223 med ikrafttreden 010124.

**LOVNORM FOR SÆRREGIONER/REGIONER I NORGES STYRKELØFTFORBUND**

Vedtatt av Forbundsstyret .

**LOV FOR STYRKELØFTREGION ØST**

Stiftet 6. mars 2004.

Sist endret fra 24. februar 2024.

**§ 1 Formål**

Regionens formål er å arbeide for utvikling av styrkeløft innen regionen, og å fremme samarbeidet med idrettslagene. Regionen skal bistå Norges Styrkeløftforbund (heretter «særforbundet») i alle spørsmål som gjelder styrkeløft innen regionen. Arbeidet skal preges av frivillighet, demokrati, lojalitet og likeverd. All idrettslig aktivitet skal bygge på verdier som idrettsglede, fellesskap, helse og ærlighet.

**§ 2 Organisasjon**

(1) Regioner opprettes, sammenslås og oppløses av særforbundet, som også fastsetter regionens grenser.

(2) Regionen består av alle idrettslag innen regionens grenser som er medlem av særforbundet og Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité (NIF).

(3) Gjennom særforbundet er regionen et organisasjonsledd innen NIF.

(4) For regler om regionens plikt til å overholde NIF og særforbundets regelverk og vedtak, gjelder [NIFs lov §§ 2-2](https://www.idrettsforbundet.no/tema/juss/nifs-lov/kapittel-2-felles-bestemmelser-for-hele-organisasjonen/#%C2%A72-2) og [2-3.](https://www.idrettsforbundet.no/tema/juss/nifs-lov/kapittel-2-felles-bestemmelser-for-hele-organisasjonen/" \l "%C2%A72-3)

(5) Styrkeløftregion Øst har sitt hovedsete i Oslo.

**§ 3 Oppgaver**

Regionen skal:

a) Representere særforbundet og bistå det i saker knyttet til den enkelte idrett.

b) Stimulere til samarbeid mellom de idrettslag som driver vedkommende idrett. Bistå idrettsregionen i spørsmål av felles interesse for flere idretter.

c) Godkjenne idrettsarrangementer, oppnevne nødvendige dommere, samt utarbeide terminliste.

d) Forestå særidrettsfaglig utdanning i samsvar med særforbundets planer.

e) Sørge for gjennomføring av regionsmesterskap, samt stimulere til annen idrettslig virksomhet med størst mulig variasjon og omfang.

f) Gi faglig bistand ved planlegging og bygging av idrettsanlegg.

g) Avgi beretning og regnskap innen fastsatte frister, og søke om økonomisk støtte fra særforbund og idrettskrets.

**§ 4**  **Kontingent [og avgifter]**

(1) Kontingenten fastsettes av regiontinget og betales forskuddsvis.

(2) Skyldig kontingent/avgift medfører tap av stemmerett og andre rettigheter på regionstinget. Laget mister også muligheten til å delta på aktiviteter i regi av regionen.

**§ 5** **Kjønnsfordeling**

For regler om kjønnsfordeling i styre, utvalg mv. og ved representasjon til årsmøte/ting i overordnet organisasjonsledd, gjelder [NIFs lov § 2-4](https://www.idrettsforbundet.no/tema/juss/nifs-lov/kapittel-2-felles-bestemmelser-for-hele-organisasjonen/#%C2%A72-4).

**§ 6 Regler om stemmerett, valgbarhet og forslagsrett mv.**

For regler om stemmerett, valgbarhet og forslagsrett, gjelder § 12 og [NIFs lov §§ 2-5](https://www.idrettsforbundet.no/tema/juss/nifs-lov/kapittel-2-felles-bestemmelser-for-hele-organisasjonen/#%C2%A7%202-5), [2-6](https://www.idrettsforbundet.no/tema/juss/nifs-lov/kapittel-2-felles-bestemmelser-for-hele-organisasjonen/#%C2%A72-6), [2-7](https://www.idrettsforbundet.no/tema/juss/nifs-lov/kapittel-2-felles-bestemmelser-for-hele-organisasjonen/#%C2%A72-7).

**§ 7 Inhabilitet**

For regler om inhabilitet, gjelder [NIFs lov § 2-8](https://www.idrettsforbundet.no/tema/juss/nifs-lov/kapittel-2-felles-bestemmelser-for-hele-organisasjonen/#%C2%A72-8).

**§ 8 Vedtaksførhet, flertallskrav og protokoll**

For regler om vedtaksførhet, flertallskrav og protokoll, gjelder [NIFs lov § 2-9](https://www.idrettsforbundet.no/tema/juss/nifs-lov/kapittel-2-felles-bestemmelser-for-hele-organisasjonen/#%C2%A72-9).

**§ 9 Refusjon av utgifter og godtgjørelse**

For regler om refusjon av utgifter og godtgjørelse, gjelder [NIFs lov § 2-10](https://www.idrettsforbundet.no/tema/juss/nifs-lov/kapittel-2-felles-bestemmelser-for-hele-organisasjonen/#%C2%A72-10).

**§ 10 Regnskaps- og revisjon mv.**

For regler om regnskap og revisjon mv., gjelder [NIFs lov §§ 1-7](https://www.idrettsforbundet.no/tema/juss/nifs-lov/kapittel-1-innledende-bestemmelser/#%C2%A71-7), [2-11](https://www.idrettsforbundet.no/tema/juss/nifs-lov/kapittel-2-felles-bestemmelser-for-hele-organisasjonen/#%C2%A72-11), [2-13](https://www.idrettsforbundet.no/tema/juss/nifs-lov/kapittel-2-felles-bestemmelser-for-hele-organisasjonen/#%C2%A72-13) og [2-14](https://www.idrettsforbundet.no/tema/juss/nifs-lov/kapittel-2-felles-bestemmelser-for-hele-organisasjonen/#%C2%A72-14).

**§ 11 Regionstinget**

(1) Regionens høyeste myndighet er regionstinget, som avholdes innen utgangen av mars måned. Valgkomiteens innstilling skal være en del av forslagene.

(2) Ordinært og ekstraordinært regionsting gjennomføres i samsvar med denne lov og [NIFs lov §§ 2-15](https://www.idrettsforbundet.no/tema/juss/nifs-lov/kapittel-2-felles-bestemmelser-for-hele-organisasjonen/#%C2%A72-15), [2-16](https://www.idrettsforbundet.no/tema/juss/nifs-lov/kapittel-2-felles-bestemmelser-for-hele-organisasjonen/#%C2%A72-16), [2-17](https://www.idrettsforbundet.no/tema/juss/nifs-lov/kapittel-2-felles-bestemmelser-for-hele-organisasjonen/#%C2%A72-17), [2-19](https://www.idrettsforbundet.no/tema/juss/nifs-lov/kapittel-2-felles-bestemmelser-for-hele-organisasjonen/#%C2%A72-19), [2-20](https://www.idrettsforbundet.no/tema/juss/nifs-lov/kapittel-2-felles-bestemmelser-for-hele-organisasjonen/#%C2%A72-20).

**§ 12 Møterett, talerett, forslagsrett og stemmerett**

(1)Forslagsrett til Regionstinget:

1. Styret
2. Et representasjonsberettiget idrettslag
3. Møteberettiget komité/utvalg, i saker som ligger innenfor sitt arbeidsområde

(2) Møterett, talerett, forslagsrett og stemmerett på regionstinget:

1. Styret

Representanter fra idrettslagene etter en skala basert på idrettsregistreringen for foregående år. Idrettslagene skal oppgi medlemstall pr. 31/12 samtidig med påmeldingen til regionstinget.

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

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

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

Tre representanter er det høyeste antall et lag kan ha.

For representasjonsrett for idrettslag, gjelder [NIFs lov § 10-3 (1)](https://www.idrettsforbundet.no/tema/juss/nifs-lov/kapittel-10-idrettslag/#%C2%A710-3).

Regionen dekker reiseutgifter for en bil pr klubb til regionstinget.

(3) Møterett, talerett og forslagsrett på Regionstinget i saker som ligger innenfor utvalget/komiteens arbeidsområde:

1. Kontrollutvalgets medlemmer
2. Valgkomiteens medlemmer
3. Lederne i tingvalgte utvalg/komiteer, eventuelt nestleder eller medlem dersom leder er forhindret fra å møte

(4) Møterett og talerett på Regionstinget:

a) Representant fra særforbundet og NIF

**§ 13 Regionstingets oppgaver**

Regionstingets oppgaver:

1. Godkjenne de fremmøtte representantene
2. Velge dirigent(er)
3. Velge protokollfører(e)
4. Velge to representanter til å underskrive protokollen
5. Godkjenne forretningsorden
6. Godkjenne innkallingen
7. Godkjenne saklisten
8. Behandle beretning for regionen, herunder beretninger fra tingvalgte organer
9. Behandle
   1. regionens regnskap
   2. styrets økonomiske beretning
   3. kontrollutvalgets beretning
   4. eventuell beretning fra engasjert revisor
10. Behandle saker som fremgår av godkjent sakliste
11. Fastsette kontingent.
12. Behandle langtidsplan og langtidsbudsjett.
13. Foreta følgende valg:
    1. Særregionstyret med leder og nestleder, 5 styremedlemmer og 2 varamedlemmer. Styret velges for 2 år, men slik at bare «halve» styret velges hvert år . Varamedlemmer velges for ett år.
    2. Kontrollutvalg med leder, ett medlem ett varamedlem.
    3. Representanter til ting og møter i de organisasjonsledd regionen har representasjonsrett eller gi styret fullmakt til å oppnevne representantene.
    4. Valgkomité med leder, 2 medlemmer og ett varamedlem.

Ledere og nestledere velges enkeltvis. Øvrige medlemmer velges samlet. Deretter velges varamedlemmene samlet. Der det velges flere nestledere/varamedlemmer skal det velges 1. nestleder/varamedlem, 2. nestleder/varamedlem osv.

1. Beslutte om det skal engasjeres revisor til å revidere regionens regnskap.

For regler om stemmegivningen på Regionstinget, gjelder [NIFs lov § 2-21](https://www.idrettsforbundet.no/tema/juss/nifs-lov/kapittel-2-felles-bestemmelser-for-hele-organisasjonen/#%C2%A72-21).

**§ 14 Regionens styre**

Regionens styre skal:

a) Iverksette regionstingets og overordnede organisasjonsledds regelverk og vedtak. S

b) Forestå Styrkeløftregion Østs daglige administrasjon, representere Styrkeløftregion Øst utad og utøve faglige myndighet innen Styrkeløftregion Østs grenser.

c) Påse at Styrkeløftregion Østs midler brukes og forvaltes på en forsiktig måte i samsvar med de vedtak som er fattet på tinget eller av overordnet organisasjonsledd, og sørge for at Styrkeløftregion Øst har en tilfredsstillende organisering av regnskaps- og budsjettfunksjonen, og har en forsvarlig økonomistyring.

d) Arrangere eller la arrangere regionsmesterskap og andre konkurranser innen regionen og utarbeide terminlister for dette.

e) Utvikle Styrkeløftregion Østs organisasjon og aktivitetstilbud.

f) Oppnevne utvalg, råd og komiteer etter behov samt utarbeide mandat/instruks for disse.

g) Oppnevne representanter til særforbundstinget dersom regionstinget ikke har valgt representanter.

**§ 15 Kontrollutvalg, valgkomité [og øvrige tingvalgte organer]**

(1) For regler om kontrollutvalget, gjelder [NIFs lov § 2-12](https://www.idrettsforbundet.no/tema/juss/nifs-lov/kapittel-2-felles-bestemmelser-for-hele-organisasjonen/#%C2%A72-12).

(2) For regler om valgkomiteen, gjelder [NIFs lov § 2-18](https://www.idrettsforbundet.no/tema/juss/nifs-lov/kapittel-2-felles-bestemmelser-for-hele-organisasjonen/#%C2%A72-18).

**§ 16 Alminnelige disiplinærforføyninger, sanksjoner og straff**

For alminnelige disiplinærforføyninger, sanksjoner og straff gjelder NIFs regelverk og regelverk gitt av Norges Styrkeløftforbund.

**§ 17 Avtaler og samarbeid mellom regionen og næringslivet**

For regler om avtaler og samarbeid mellom regionen og næringslivet, gjelder [NIFs lov kapittel 13](https://www.idrettsforbundet.no/tema/juss/nifs-lov/kapittel-13-avtaler-og-samarbeid-mellom-idrettens-organisasjonsledd-og-naringslivet/) og regelverk gitt av Norges Styrkeløftforbund.

**§ 18 Idrettens markeds-, medie- og arrangementsrettigheter**

For regler om markeds-, medie- og arrangementsrettigheter, gjelder [NIFs lov kapittel 14](https://www.idrettsforbundet.no/tema/juss/nifs-lov/kapittel-14-idrettens-markeds-og-rettighetsbestemmelser/) og regelverk gitt av Norges Styrkeløftforbund.

**§ 19 Lovendring**

For regler om lovendring, gjelder [NIFs lov § 2-2](https://www.idrettsforbundet.no/tema/juss/nifs-lov/kapittel-2-felles-bestemmelser-for-hele-organisasjonen/#%C2%A72-2).

**§ 20 Oppløsning**

Regionen kan bare oppløses av særforbundet. Ved oppløsning eller annet opphør av regionen tilfaller regionens overskytende midler etter avvikling et formål godkjent av særforbundet.