



# Norges Vektløfterforbund

Årsberetning 2012

Gardermoen 17. mars 2013



# INNHOOLD



INNHOOLD.....	1
INNHOOLD.....	2
SAKSLISTE.....	4
FORRETNINGSORDEN.....	5
BERETNING .....	6
FORBUNDSTINGET 2012.....	6
TILLITSVALGTE.....	6
FORBUNDSSTYRET .....	6
Kontrollkomiteen .....	6
Valgkomiteen .....	6
ENGASJERT REVISOR.....	6
OPPNEVNTE UTVALG.....	7
ARBEIDSUTVALGET (AU).....	7
Sportsutvalget (SU).....	7
Teknisk utvalg .....	7
Anleggsutvalget.....	7
Økonomiutvalget.....	7
HEDERSMERKEUTVALGET.....	7
LAG OG KRETSE.....	7
medlemstall .....	7
Lag tilsluttet Norges vektløfterforbund.....	8
KRETSE tilsluttet Norges vektløfterforbund .....	9
KRETSTRENERE.....	9
LISENSER PR KLUBB .....	9
REPRESENTASJON .....	10

<i>TillitsVerv</i> .....	10
<i>KONGRESSER, TEKNISKE MØTER og ledermøteR:</i> .....	10
<i>HOVEDLEDEROPPGAVER:</i> .....	10
<i>LAGLEDEROPPGAVER:</i> .....	11
SPORTSLIG AKTIVITET .....	12
ÅRSRAPPORT FRA SPORTSSJEFEN .....	12
DOMMERE / TEKNISK UTVALG .....	35
ÅRSRAPPORT FRA Teknisk Utvalg 2012 .....	35
OVERSIKT OVER DOMMEROPPDRAK 2008-2012 .....	39
HEDERSTEGN OG UTMERKELSER .....	44
KONGEPOKAL .....	44
INNSATSPREMIEN ( <i>gullklokka</i> ).....	44
KONGEPOKALVINNERE GJENNOM TIDENE.....	44
AVLAGTE PRØVER TIL VEKTLØFTERSTATUETTEN PR 31.12.12.....	46
FØLGENDE HAR MOTTATT VEKTLØFTERSTATUETTEN.....	46
Innehavere av NVF's HEDERSTEGN .....	48
INNEHAVERE AV NVF'S TILLITSMANNSNÅL.....	49
IWF Award of merit .....	49
IWF NATIONAL AWARD I GULL.....	50
IWF NATIONAL AWARD I SØLV .....	50
NORDiSKA TYNGDLYFTNINGSFÖRBUNDEtS HEDERSTEGN .....	50
NTF's HEDERSTEGN – MED KRANS .....	50
INNEHAVERE AV NORGES IDRETTSFORBUNDS HEDERSTEGN .....	50
Medaljer vunnet i OL / VM og EM av norske løftere.....	50
FORSLAG TIL FORBUNDSTINGET .....	52
ENDRINGSFORSLAG TIL LOV FOR NORGES VEKTLØFTERFORBUND OG NVFs tekniske reglement - særnorske bestemmelser .....	52
Endringsforslag til NVFs tekniske reglement - særnorske bestemmelser.....	52
ARRANGØRER AV NORSKE MESTERSKAP .....	55
RESULTATREGNSKAP 2012 .....	57
BALANSE 2012.....	58
PROSJEKTREGNSKAP 2012 OG BUDSJETT 2013.....	59
STYRETS BERETNING 2012.....	63
TERMINLISTE FOR 2014.....	65

# SAKSLISTE

## **NVFs Ting på Rica Hotel Gardermoen søndag 17. mars 2013.**

1. Åpning.
2. Godkjenne de frammøtte representanter.
3. Godkjenne innkallingen, saksliste og forretningsorden.
4. Velge dirigent, sekretær, reisefordelingskomité og to repr. Til å undertegne protokollen.
5. Behandle årsberetningen.
6. Behandle forbundets regnskap i revidert stand.
7. Behandle innkomne forslag.
8. Behandle budsjett for 2013.
9. Behandle langtidsplan og langtidsbudsjett.
10. Engasjere statsautorisert/registrert revisor til å revidere regnskapet.
11. Vedta terminliste (større stevner som KM, RM, NM og Elitestevner) for neste kalenderår.
12. Foreta følgende valg:
  - a) President og visepresident
  - b) 3 styremedlemmer og 2 varamedlemmer
  - c) Kontrollkomité med leder, 2 medlemmer og 2 varamedlemmer
  - d) Representant til Ting og møter i de organisasjonene forbundet er tilsluttet
  - e) Valgkomité med leder, 2 medlemmer og 1 varamedlem
13. Bestemme tid og sted for neste forbundsting.
14. Avslutning.

## FORRETNINGSORDEN

1. Tingets forhandlinger er offentlige.
2. Det velges en dirigent til å lede Tinget.
3. Tinget fastsetter nødvendig pause.
4. Tinget gir dirigenten fullmakt til å nedsette taletiden om han finner det nødvendig.
5. Intet nytt forslag kan opptas etter at det er satt strek for de inntegnede talere.
6. Alle beslutninger avgjøres ved alminnelig flertall med unntak av lovsaker som krever 2/3 flertall. Ved stemmelikhet anses forslaget for falt.
7. I protokollen innføres forslagene og avstemningene samt de fattede beslutninger. Protokollen leses opp ved møtets avslutning, eller det velges to representanter til å undertegne protokollen.

# BERETNING

FOR PERIODEN 01.01.2012 – 31.12.2012

## FORBUNDSTINGET 2012

NVFs forbundsting 2012 ble avviklet på Rica Hotel Gardermoen den 18. mars. Det møtte totalt 38 deltakere inklusive styret, ansatte, observatører og gjester – herav 26 stemmeberettigete.

Det var et endringsforslag til NVFs lov, og det ble behandlet 7 endringsforslag til NVFs tekniske reglement.

Regnskapet for 2011 ble enstemmig vedtatt.

Styrets forslag til budsjett for 2012 ble enstemmig vedtatt.

## TILLITSVALGTE

### FORBUNDSSTYRET

President	Per Mattingsdal	Vigrestad IK
Visepresident	Tryggve Duun	Trondheim AK
Medlemmer	Steinar Kvame	Tambarskjelvar IL
”	Janne Grostad	Nidelv IL
”	Camilla Carlsen	AK Bjørgvin
Varamedlem	Ove Varlid	Tambarskjelvar IL
”	Johan Thonerud	Spydeberg Atletene

### KONTROLLKOMITEEN

Leder	Jostein Frøyd	Larvik AK
Medlem	Eskil Lian	Trondheim AK
Varamedlem	Børge Aadland	AK Bjørgvin
”	Johnny Sandvik	AK Bjørgvin

### VALGKOMITEEN

Leder	Per Marstad	Tønsberg-Kameratene
Medlem	Rune Rasmussen	Stavanger VK
“	Gunnar Reiakvam	Tambarskjelvar IL
Varamedlem	Bjørn Johnsen	Nidelv IL

### ENGASJERT REVISOR

Bjørn Gundersen      Revisorfirma Bjørn Gundersen AS

**OPPNEVNTE UTVALG****ARBEIDSUTVALGET (AU)**

Leder	Per Matningsdal	Vigrestad IK
Medlem	Steinar Kvame	Tambarskjelvar IL
”	Janne Grostad	Nidelv IL

**SPORTSUTVALGET (SU)**

Medlem	Arne Grostad	Sportssjef
”	Gunnar Reiakvam	Tambarskjelvar IL
”	Johnny Sandvik 1)	AK Bjørgvin
”	Rune Rasmussen 1)	Stavanger VK

1): Trakk seg fra sportsutvalget 23.11.12

**TEKNISK UTVALG**

Leder	Arne Pedersen	AK Bjørgvin
Medlem	Tryggve Duun	Trondheim AK
”	Camilla Carlsen	AK Bjørgvin

**ANLEGGSSUTVALGET**

Leder	Katarina S. Hoff	Trondheim Ak
”	Janne Grostad	Nidelv IL

**ØKONOMIUTVALGET**

Medlem	Katarina S. Hoff	Trondheim AK
”	Tryggve Duun	Trondheim AK

**HEDERSMERKEUTVALGET**

Medlem	Tryggve Duun	Trondheim AK
Medlem	Jan Nystrøm	Trondheim AK

**LAG OG KRETSE****MEDLEMSTALL**

Antall særkretser/regioner: 6

Antall medlemsklubber pr. 31.12:

	<b>2008</b>	<b>2009</b>	<b>2010</b>	<b>2011</b>	<b>2012</b>
Antall Idrettslag	54	54	41	42	44

Aktive medlemmer pr. 31.12:

		0-5 år	6-12 år	13-19 år	20-25 år	26 år og eldre	Totalt
2008	Kvinner	0	50	228	110	239	627
	Menn	3	132	713	492	1044	2384
	<b>Totalt</b>	<b>3</b>	<b>182</b>	<b>941</b>	<b>602</b>	<b>1283</b>	<b>3011</b>
2009	Kvinner	3	56	162	127	280	628
	Menn	6	124	802	530	964	2426
	<b>Totalt</b>	<b>9</b>	<b>180</b>	<b>964</b>	<b>657</b>	<b>1244</b>	<b>3054</b>
2010	Kvinner	4	48	195	160	285	692
	Menn	5	117	822	483	889	2316
	<b>Totalt</b>	<b>9</b>	<b>165</b>	<b>1017</b>	<b>643</b>	<b>1174</b>	<b>3008</b>
2011	Kvinner	0	67	249	202	279	797
	Menn	0	164	776	564	972	2476
	<b>Totalt</b>	<b>0</b>	<b>231</b>	<b>1025</b>	<b>766</b>	<b>1251</b>	<b>3273</b>
2012	Kvinner	0	64	276	208	309	857
	Menn	0	173	585	495	896	2149
	<b>Totalt</b>	<b>0</b>	<b>237</b>	<b>861</b>	<b>703</b>	<b>1205</b>	<b>3006</b>

**LAG TILSLUTTET NORGES VEKTLØFTERFORBUND**

Alta Atletklubb	Pål Hemminghyth	<a href="mailto:hemmingh@hotmail.com">hemmingh@hotmail.com</a>
AK Bjørgvin	Arne H. Pedersen	<a href="mailto:arnehaap@gmail.com">arnehaap@gmail.com</a>
Bergsfjord UIL	Hans Roald Johnsen	<a href="mailto:Rohaj50@hotmail.com">Rohaj50@hotmail.com</a>
Breimsbygda IL	Ola Bergheim	<a href="mailto:balo@online.no">balo@online.no</a>
Dale Idrettslag	Svein Åge Holstad	<a href="mailto:saath@online.no">saath@online.no</a>
Flaktveit IK – Vektløft	Oddgeir Larsen	<a href="mailto:odla@flaktveit.no">odla@flaktveit.no</a>
Frogner Atletklubb	Erik Borgan	<a href="mailto:eborgan@online.no">eborgan@online.no</a>
Førde IL	Ivar Hauge	<a href="mailto:advokat.hauge@epost.no">advokat.hauge@epost.no</a>
Gjøvik Atletklubb	Joakim Sofienlund	<a href="mailto:Joakim_sofienlund@hotmail.com">Joakim_sofienlund@hotmail.com</a>
Grenland Atletklubb	Gunnar Knudsen	<a href="mailto:gunnarknudsen64@gmail.com">gunnarknudsen64@gmail.com</a>
Halden Styrkeidrettslag	Arnulf Wahlstrøm	<a href="mailto:arnwah@online.no">arnwah@online.no</a>
Hannevikas IL	Steinar Jacobsen	<a href="mailto:SJacobsen@xstratanickel.no">SJacobsen@xstratanickel.no</a>
Haugesund Vektløfterklubb	Per Olav Dagsland	<a href="mailto:per-olav.dagsland@aibel.com">per-olav.dagsland@aibel.com</a>
Hitra Vektløfterklubb	John Birger Brevik	<a href="mailto:john@hitraturistservice.no">john@hitraturistservice.no</a>
IF Tønsberg-Kameratene	Per Marstad	<a href="mailto:pmarstad@broadpark.noo">pmarstad@broadpark.noo</a>
Il Brodd	Jørund Årdal	<a href="mailto:Jorund.ardal@sfj.no">Jorund.ardal@sfj.no</a>
IL Ilar	Kjell-Harald Erichsen	
IL Kraftsport	Hans Martin Arnesen	<a href="mailto:h.m.arnesen@gmail.com">h.m.arnesen@gmail.com</a>
IL Milo	Paul Marhaug	<a href="mailto:paul@marhaug.com">paul@marhaug.com</a>
Kirkenes AK	Kjell Arne Ryeng	<a href="mailto:kjar-ry@online.no">kjar-ry@online.no</a>
Kraftsportklubben av 1967	Sigbjørn Henning	<a href="mailto:kk67.styreleder@gmail.com">kk67.styreleder@gmail.com</a>
Kristiansand Atletklubb	Tor Ingvar Njerne	<a href="mailto:tor.ingvar.njerne@nav.no">tor.ingvar.njerne@nav.no</a>
Larvik Atletklubb	Jostein Frøyd	<a href="mailto:jfroyd@online.no">jfroyd@online.no</a>
Lenja AK	Rune Johansen	<a href="mailto:runjoha8@online.no">runjoha8@online.no</a>
Løken IL	Håvard Olsen	<a href="mailto:haol@nlsh.no">haol@nlsh.no</a>
Lørenskog AK	Vegard Røysum	<a href="mailto:Vegard.roysum@trygdeetaten.no">Vegard.roysum@trygdeetaten.no</a>
Moss Styrkeidrettsklubb	Frank Duve	<a href="mailto:frankduve@online.no">frankduve@online.no</a>



Namsos VK	Per Olav Meosli	<a href="mailto:perolav@meosli.no">perolav@meosli.no</a>
Nidelv IL	Bjørn Johnsen	<a href="mailto:bjorn@carleif.noo">bjorn@carleif.noo</a>
Oppstryn IL	Ståle Sunde	<a href="mailto:staale.sunde@c2i.net">staale.sunde@c2i.net</a>
Orkanger IF	John Ivar Evjen	<a href="mailto:john_ivarevjen@hotmail.com">john_ivarevjen@hotmail.com</a>
Oslo Atletklubb	Lars-Thomas Grønlien	<a href="mailto:lars-grk@online.no">lars-grk@online.no</a>
Rjukan IL	Ivar Bakstad	<a href="mailto:ivarbakstad30@gmail.com">ivarbakstad30@gmail.com</a>
Spydeberg Atletene	Johan Thonerud	<a href="mailto:johan@gymthonerud.no">johan@gymthonerud.no</a>
Stavanger Vektløfterklubb	Sigvald Monsen	<a href="mailto:sigvald.monsen@lyse.net">sigvald.monsen@lyse.net</a>
Stjørdal AK	Katarina S. Hoff	<a href="mailto:katarina.hoff@ntebb.no">katarina.hoff@ntebb.no</a>
Svelgen Turn & IF	Svein Arne Sandvik	<a href="mailto:svein-arne.sandvik@elkem.no">svein-arne.sandvik@elkem.no</a>
Tambarskjelvar IL	Steinar Kvame	<a href="mailto:steinarkvame@hotmail.com">steinarkvame@hotmail.com</a>
Trondheim Atletklubb	Morten Johannessen	<a href="mailto:morten@johannessen.org">morten@johannessen.org</a>
Turn & IL National	Steinar A. Aas	<a href="mailto:steinar9139@hotmail.com">steinar9139@hotmail.com</a>
Tysvær VK	Dag Rønnevik	<a href="mailto:tvk@tysvervk.net">tvk@tysvervk.net</a>
Valdres Treningsklubb	Ingar Svingen	<a href="mailto:Valdress-treningsklubb@hotmail.no">Valdress-treningsklubb@hotmail.no</a>
Vigrestad IK	Per Mattingsdal	<a href="mailto:perm1@online.no">perm1@online.no</a>
Åsane VK	C/O Jørund Sundal	<a href="mailto:Jorund.sundal@bergen.kommune.no">Jorund.sundal@bergen.kommune.no</a>

### KRETSE TILSLUTTET NORGES VEKTLØFTERFORBUND

Østlandet Vektløfterkrets	Ole Marius Hovdum	Ryes vei 21, 1738 Borgenhaugen
Rogaland og Agder Vektløfterkrets	Per Mattingsdal	Mosevn. 11, 4362 Vigrestad
Sogn og Fjordane Vektløfterkrets	Ola Bergheim	6826 Byrkjelo
Hordaland Vektløfterutvalg	Johnny Sandvik	Blekenberg 56, 5055 Bergen
Vestfold Vektløfterkrets	Jan Robert Solli	Trymsvei 23, 3128 Nøtterøy
Nordnorsk Vektløfterkrets	Trond Kvilhaug	Øvre Allé 3, 7030 Trondheim

### KRETSTRENERE

Østlandet Vektløfterkrets	Ole Jakob Aas, T & IL National
Rogaland og Agder Vektløfterkrets	Tor Steinar Herikstad, Vigrestad IK
Sogn og Fjordane Vektløfterkrets	Geir Grønnevik, Tambarskjelvar IL
Hordaland Vektløfterutvalg	Johnny Sandvik, AK Bjørgvin
Nordnorske Vektløfterkrets	Eskil Forås, Trondheim AK
	Eskil Lian, Trondheim AK
Vestfold Vektløfterkrets	Jan Robert Solli, Tønsberg-Kameratene

### LISENSER PR KLUBB

Klubb	Antall lisenser				
	2008	2009	2010	2011	2012
AK Bjørgvin	13	18	18	15	18
Breimsbygda IL				3	
Dale IL	1				4
Flaktveit IK				5	13
Førde IL	1	1	2		
Gjøvik AK	18	20	10	6	8
Grenland AK		1	1	6	3
Haugesund VK	4	5	7	6	8
Hitra VK	11	8	9	11	9

IL Brodd			3	4	
IL Kraftsport			1	1	2
Larvik AK	3	4	8	7	10
Lenja AK	3	2			
Namsos VK		1	2	6	3
Nidelv IL	5	8	17	17	10
Oppstryn IL				1	
Oslo AK	2	3	4	4	2
Spydeberg Atletene	3	4	2	3	9
Stavanger VK	13	16	10	24	26
T & IL National	7	7	10	10	8
Tambarskjelvar IL	14	23	24	27	24
Trondheim AK	5	11	12	10	9
Tysvær VK	1	1	1	1	2
Tønsberg-Kameratene	8	11	12	11	8
Vigrestad IK	8	13	17	14	10
<b>Totalt</b>	<b>120</b>	<b>157</b>	<b>167</b>	<b>191</b>	<b>190</b>

## REPRESENTASJON

### TILLITSVERV

- Per Mattingsdal er NVFs representant til Idrettsting/representasjon i NIF
- Tryggve Duun er styrets kontaktledd til Olympiatoppen
- Per Mattingsdal er styremedlemmer i Nordiska Tyngdlyftningsförbundet.
- Per Mattingsdal er medlem av teknisk komité det EWF.
- Tryggve Duun executive board member i det EWF.
- Per Mattingsdal er executive board member i IWF
- Tryggve Duun sitter i IWFs auditors committee

### KONGRESSER, TEKNISKE MØTER OG LEDERMØTER:

Landskamp England, Sverige og Norge	Bristol England	11. Februar	Per Olav Dagsland Trond Kvilhaug
EM 2012	EM Antalya,	9.– 17. April	Per Mattingsdal Tryggve Duun
VM junior	Slovenia,	16. Juli	Per Mattingsdal
EM ungdom	Bucharesti, Romania	25. August– 2. September	Steinar Kvame
Nordisk Senior Nordisk Lag	Landskrona, Sverige	28. – 30. September	Per Mattingsdal Arne Grostad Gunnar Reiakvam
Nordisk junior og ungdom	Parkano Finland	27. – 29. Oktober	Gunnar Reiakvam Trond Kvilhaug
EM junior og under 23	Eilat, Israel	3. – .9 Desember	Tryggve Duun Per Mattingsdal

### HOVEDLEDEROPPGAVER:

Landskamp England, Sverige og Norge	Bristol England	11. Februar	Steinar Kvame
EM 2012	EM Antalya,	9. – 17. April	Arne Grostad
EM ungdom	Bucharesti, Romania	25. August– 2. September	Arne Grostad
Universitets mesterskapet	Eilat, Israel	5. – 10. November	Arne Grostad
Nordisk Senior Nordisk Lag	Landskrona, Sverige	28. – 30. September	Arne Grostad
Nordisk junior og ungdom	Parkano Finland	27. – 29. Oktober	Gunnar Reiakvam
EM junior og under 23	Eilat, Israel	3. – 9. Desember	Gunnar Reiakvam

**LAGLEDEROPPGAVER:**

Landskamp England, Sverige og Norge	Bristol England	11. Februar	Jostein Frøyd Steinar Kvame
EM 2012	EM Antalya,	9. – 17. April	Sindre Madsgaard Richard Foyn Markeng Kai Myrbakk (massør)
EM ungdom	Bucharesti, Romania	25. August– 2. September	Gunnar Reiakvam Arne Grostad
Nordisk Senior og Nordisk Lag	Landskrona, Sverige	28. – 30. September	Arne Grostad Gunnar Reiakvam Jan Robert Solli
Nordisk junior og ungdom	Parkano Finland	27. – 29. Oktober	Gunnar Reiakvam Jostein Frøyd
Universitets mesterskapet	Eilat, Israel	5. – 10. November	Arne Grostad
EM junior og under 23 år	Eilat, Israel	3. – 9. Desember	Gunnar Reiakvam Jostein Frøyd

## SPORTSLIG AKTIVITET

### ÅRSRAPPORT FRA SPORTSSJEFEN

Året 2012 ble aktivt år for våre utøvere. Antall stevne startende var rekord høyt med 1857 løftere. Antall deltakere i stevner var hele 471 stk.

Prosjektet i samarbeid med Olympiatoppen om å forberede og senere kunne klare å kvalifisere Ruth Kasirye til i London ble avsluttet i mai etter at dette ikke lyktes.

Vi deltok med utøvere, som hadde oppnådde det forhåndsoppsatte kvalifiseringskravene, i de aller fleste internasjonale mesterskapene. Vi hadde en utøver i EM for senior i Tyrkia, en utøver i Universitetsmesterskapet i Israel, to utøvere i EM ungdom i Romania, fem juniorløftere til EM for junior og en utøver i EM under 23 år. Dette mesterskapet som ble arrangert i Eilat i Israel, var et at de stevnene som hadde fått en framskutt satsing i dette året. Og vi deltok i trenasjonslandskampen Norge, Sverige og England i Bristol.

Foruten disse mesterskapene deltok vi med fyldige tropper i de nordiske mesterskapene. Norge ble beste nasjon i Nordisk mesterskap for senior menn.

I året som har gått har det vært en gledelig utvikling hva angår antall stevnestartende løftere.

En statistisk oversikt over det sportslige nivået for herrer:

År	Antall løftere	Top5	Top10	Top15	Top20
1986		355,24	345,63	340,41	336,43
1987		364,58	353,73	345,15	338,34
1988		369,97	357,20	348,52	340,93
1989		369,23	354,37	347,07	340,94
1990		366,96	353,19	345,51	338,64
1991		371,29	361,02	351,64	343,95
1992		358,20	351,11	345,55	340,30
1993		363,44	355,68	347,64	341,63
<b>1994</b>		371,08	<b>365,03</b>	355,01	348,00
<b>1995</b>		<b>378,26</b>	364,51	<b>355,19</b>	<b>348,37</b>
1996		375,46	361,42	353,04	346,22
1997		376,07	360,57	349,78	343,14
1998		372,93	358,38	347,69	340,61
1999		372,75	355,27	346,63	340,34
2000	187	371,17	354,90	346,00	339,65
2001	257	355,64	348,26	342,49	337,11
2002	260	369,01	354,51	345,69	338,77
2003	225	367,57	355,20	347,57	341,50
2004	245	371,17	358,35	349,21	342,61
2005	235	364,79	350,55	341,29	334,82
2006	243	359,10	345,55	336,67	330,47
2007	218	356,92	348,87	340,84	334,86
2008	227	358,85	348,36	341,20	334,19
2009	266	358,56	350,31	341,11	334,13
2010	278	359,47	346,12	339,79	333,81
2011	333	356,86	347,00	338,61	331,35
<b>2012</b>	<b>357</b>	356,98	344,81	337,56	332,64

En statistisk oversikt over nivået for kvinner:

År	Antall løftere	Top 5	Top 10	Top 15	Top 20
2000	15	157,42	130,27	113,43	0,00
2001	28	154,87	129,74	117,23	108,26
2002	26	154,63	139,64	127,64	118,45
2003	26	183,11	157,80	142,38	132,35
2004	26	194,12	161,00	141,76	126,66
2005	28	197,40	162,95	142,86	128,62
2006	27	194,88	160,33	143,06	129,59
2007	23	199,55	165,18	146,18	131,54
2008	26	205,71	172,24	149,39	132,99
2009	42	211,27	186,13	170,80	158,15
2010	46	208,79	181,33	168,02	158,65
2011	66	211,89	189,88	178,87	167,66
2012	113	212,48	192,24	181,25	172,88

#### Kvinner:

Ruth Kasirye, Tønsberg-Kameratene, ble den med beste plasseringer internasjonalt nok en gang, men hadde ellers en ujevn sesong. Hun stoppet satsingen etter at OL-kvalifiseringen glapp. Hun vant ikke sin tredje kongepokal all den tid det stilte for få jenter (14 stk.) i henhold det reglement som gjelder for tildeling av HMK pokal.

Anja Evelin Jordalen, AK Bjørgvin deltok i starten av sesongen med et bra resultat, senere deltok hun sporadisk. Hun var et godt stykke unna den nasjonale EM kvalifiseringsgrensen på 240 poeng.

Elisabeth Holmstrøm, Trondheim AK gjennomførte en jevn god sesong. Hun passerte 200 poeng grensen tidlig på høsten. Og hun var eneste norske senior deltaker ved nordisk mesterskap.

Andre jenter som kommer er ungdomsjenta Linn Therese Dagsland i fra Haugesund VK og junior Sarah Øvsthus, Flaktveit IK, som markerte seg godt ved å bli nordisk mester i sin klasse.

Ellers er det å legge merke til at det nesten var like mange jenter som deltok på vektløfterskoler som det var gutter. I alt var det 48 jenter som deltok med stevneresultat rundt omkring i klubbene i 2012.

#### Herrer senior:

Per Hordnes i fra AK Bjørgvin bekreftet at han var Norges beste løfter også i 2012 da han vant sin syvende kongepokal i norgesmesterskapet. Han klarte ikke det nasjonale kvalifiseringskravet til EM senior, dette lå fast fra årene før, 375,-poeng. Men han ble igjen nordisk mester og nest beste løfter i poeng totalt ved dette mesterskapet.

Kim Eirik Tollefsen, Tønsberg-Kameraten hadde en god sesong med flere personlige rekorder og en ny nordisk mesterskap tittel, som året før. Og det kom et sterkt resultat på slutten av året med bl.a. å støte 184 kg i EM u 23.

Håvard Grostad, Nidelv hadde også en god sesong med god utvikling. Spesielt huskes det gode resultatet fra NM i 5 kamp hvor han oppnådde tidenes beste 5 kamp poengsum. Han kvalifiserte seg og deltok i Universitetsmesterskapet i Israel. Kravet her var 350,- poeng. Han fikk sølv i nordisk mesterskap som året før.

Siste års seniorløfter Ronny Matnisdal hadde sesongens fjerde beste poengsum, han hadde en veldig god sesong. Han ble nest beste løfter i NM senior etter å ha satt ny norsk rekord i rykk. I samme mesterskap innfridde han kravet til NVFs krav til å motta Gullklokka. Det ble et sølv i Nordisk mesterskap.

#### Junior gutter:

Sindre Rørstadbotnen, Tambarskjelvar IL, var Norges beste junior løfter også i 2012. Han kvalifiserte seg igjen til EM junior (320 poeng). det samme gjorde Kristian Hellenen, Vigrestad IL. Thomas Eide, Stavanger VK, Jantsen Øverås, Tambarskjelvar IL, Sebastian Farnen, Larvik AK. Jantsen Øverås, vant både den nordiske tittelen både i junior og i senior, han hadde en svært god sesong. Jantsen ble beste norske poeng løfter i EM junior. Av alle disse er det bare Kristian Hellenen som fortsetter som junior i 2013.

#### Junior jenter:

Sarah Øvsthus, Flaktveit var Norges besteløfter blant junior jentene. Hun vant nordisk mesterskap i sin første internasjonale konkurranse. En lovende utøver som med riktig trening vil nå langt.

#### Ungdom under 23 år

Vi deltok med en utøver i EM 23 år. Det nasjonale kvalifiseringskravet var 340,-poeng. Og det var bare Kim Eirik Tollefsen, Tønsberg Kameratene som kvalifiserte seg i forhold til dette. Mesterskapet ble arrangert i Eilat, Israel i desember. I nordiske mesterskap er denne alderskategorien tatt bort slik at EM nå er eneste konkurransetilbud for disse.

#### Ungdom gutter.

Tore Gjøring bø fikk et gjennombrudd året som gikk med en flott utvikling. Han deltok i EM ungdom og ble dessuten suveren nordisk ungdomsmester med beste poengsum totalt blant alle løfterne som deltok.

Det er å håpe at det kommer noen nye lovende ungdommer som kan fylle tomrommet etter Gjøring bø som nå blir juniorløfter. Vi har i flere år nå hatt ungdomsløftere på et høyt nivå, det er en utfordring å fylle på med nye med tilsvarende nivå. En registrerte i løpet av året at den ferske klubben IL Brodd hadde flere lovende ungdommer, det samme Hitra VK.

#### Kretssamling Rogaland 13. - 15. januar 2012

Linn Therese Dagsland, Marthe Dagsland, Siri Herlin Walaker, Mariell T. Brinch alle i fra Haugesund VK. Ole Morten Hetland, Sondre Vervik, Marvin Arntsen alle i fra Vigrestad. Sander G. Idsal Thomas Eide Marius S. Johansen, Eskil Andersen alle i fra Stavanger VK. Instruktører / trenere: Rune Rasmussen, Stavanger VK, Sigve Nedrebø, Tor Steinar Herikstad, begge Vigrestad IK

Sommerskole 2012

Den tradisjonelle sommerskolen ble arrangert i Tønsberg i periode 13. – 18. august.

Deltakere:

Ørjan Rullestad, Tysvær VK, Nicolai Pedersen, Johan Fredrik Murberg, Larvik AK, Eskil Andersen, Sander G. Idsal Stavanger VK, Hans Magnus Kleven, Mailen Karlsen, Spydebergatletene, Even Herlin Walaker, Tønsberg Kameratene, Jo-Magne R. Elden, Kjartan Bakke Derås, Namsos VK, Marthe Dagsland, Linn Therese Dagsland, Haugesund VK, Kamilla Wisth, Sunniva Block, Nidelv IL.

Tønsberg Kameratene med Per Marstad i spissen stilte velvilligst opp som teknisk arrangør. Jostein Frøyd, Larvik AK og Ingrid Teeuwen Ledoux, Tambaraskjelvar IL var instruktører.

Jentesamling i oktober, Trondheim

Sunniva Block	Nidelv IL
Linn Therese Dagsland	Haugesund VK
Kamilla Wisth	Nidelv IL

Dessuten ble det avlagt et besøk til Namsos VK.

Treningssamlinger i NVF regi:

Latvia I arranger i Ventspils, Latvia, 14. – 23. Mars

Vebjørn Varlid	Tambaraskjelvar IL
Sindre Rørstadbotnen	Tambaraskjelvar IL
Jantsen Øverås	Tambaraskjelvar IL
Kristian Hellenen	Vigrestad IL
Thomas Eide	Stavanger VK
Gunnar Reiakvam	Trener

Latvia II arranger i Ventspils, Latvia, 5. – 14. August.

Vebjørn Varlid	Tambaraskjelvar IL
Kim Eirik Tollefsen	Tønsberg kameratene
Sindre Rørstadbotnen	Tambaraskjelvar IL
Jantsen Øverås	Tambaraskjelvar IL
Thomas Eide	Stavanger VK
Kristian Hellenen	Vigrestad IL
Gunnar Reiakvam	Trener

Latvia III arrangert i Ventspils, Latvia, 5. – 14. November.

Vebjørn Varlid	Tambaraskjelvar IL
Kim Eirik Tollefsen	Tønsberg Kameratene
Jantsen Øverås	Tambaraskjelvar IL

Kristian Helleren	Vigrestad IL
Sebastian Farnen	Larvik AK
Thomas Eide	Stavanger VK
Gunnar Reiakvam	Trener

Trenere:

Sindre Madsgaard var trener sammen med Richard Foyn Markeng i det olympiske prosjekt frem til siste kvalifiseringsstevnet i april.

Gunnar Reiakvam har ledet flere store treningssamlinger og stevner.

Referater fra større stevner:Landskampen mellom Norge, Sverige og England, Bristol 11. februar 2011

Norge ble nummer tre i landskampen som ble arrangert i Bristol, England.

Først ute var ungdomane der Norge stilte med Johan Fredrik Murberg, Larvik AK og Tore Gjølringbø, Tambarskjelvar IL. Johan Fredrik rykka 90 kg og det var pers med 3 kg. Tore var litt uheldig og fekk kun førsteløftet på 100 kg. I støt bomma Johan Fredrik på dei to første forsøka, men sette 102 kg fint i siste. Tore sette lett 125 kg i første støt, men valgte å trekke seg frå dei to siste forsøka.

I dameklassa stilte Norge med Haugesund jentene Maria Lavelle og Linn Therese Dagsland. Maria løfta fint og enda på 54 kg i rykk og 69 kg i støt, finfin deby på landslaget. Linn Therese løfta sikkert og fekk 60 kg i rykk og enda på 77 kg i støt som var ein flott pers.

I junior stilte Norge med Thomas Eide, Stavanger VK og Kristian Helleren, Vigrestad. Thomas løfta fint og enda på 85 kg i rykk og 100 kg i støt. Kristian enda opp med 118 kg i rykk og 140 kg i støt. Rekna med han kjem sterkare tilbake på NM i mars.

Hos seniorane stilte Norge med Tønsberg-Kameratene duoen Kim Eirik Tollefsen og Jarleif Amdal. Kim Eirik fekk 132 kg i rykk og 170 kg i støt mens Jarleif blei ståande med 130 kg i rykk og 165 kg i støt.

Dermed blei både England og Sverige for sterke. Vi enda på 3 plass, 11 poeng bak Sverige, mens England blei suveren vinnar.

Dagens tyngste løft var det svenske Ragnar Øhman som fekk i med fine 205 kg i støt.

**Nasjons poengene:**

1 England	2258 poeng
2 Sverige	2099 poeng
3 Norge	2082 poeng

NM senior og veteran 2012. Arrangør Tambarskjelvar IL.

Tambarskjelvar sto som arrangør av årets hovedmesterskap. Lørdag ble stevnet åpnet av Naustdals ordfører og presidenten i Norges Vektløfterforbund. Per Matingsdal. Også NRK var aktive både i lokale sendinger og sannelig kom det noen minutter i Sportsrevyen også. Det var 88 påmeldte deltakere i år, som var noe lavere enn de 91 påmeldte i forårets mesterskap. Det var hele 9 forfall, så det ble 79 deltakere som stilte opp med alle tellende



kategorier.

I NM Senior var det 34 deltakere i herreklassen og 14 deltakere i kvinneklassen som stilte opp. Det medførte NVF ikke kunne dele ut HMK Pokal i kvinneklassen i 2012 da kravet til kvalifiserte deltakere er satt til 15.

Kampen om kongepokalen for menn skulle vise seg å stå mellom Per Hordnes, AK Bjørgvin og Vebjørn Varlid, Tambarskjelvar IL. Men det skulle bli snart veteranløfter Ronny Matningsdal i fra Vigrestad VK som skulle være nærmest i kampen om kongepokalen.. Han løftet på formiddagen i klasse 77 kg og satte like godt norsk rekord i rykk med 131 kg. Vebjørn mislyktes i sine forsøk og da styrte Per det i land også i år. Han vant dermed sin 7de kongepokal på rad. Dermed har han like mange som Øystein Holt, nå bare med Stian Grimseth med flere.

Beste løfter pokalen for kvinner hadde en sikker vinner i Ruth Kasirye, Tønsberg-Kameratene, Anja Evelin Jordalen, AK Bjørgvin var tilbake på podiet igjen og løftet veldig flott, uten å være i sin ypperste form. Tredje beste kvinne ble Elisabeth Holmstrøm i fra Trondheim AK.

Tradisjonelt er fredag kveld veteranene sin kveld.

Jan Nystrøm fra Trondheim AK ble beste veteranløfter som i 2011 med 357,09 poeng. Deretter fulgte Børge Aadland, AK Bjørgvin med 346,94 poeng Hans Martin Arnesen, IL Kraftsport ble tredje beste veteran med 338,94 poeng. Flere norske rekorder så dagens lys. Per Marstad, Tønsberg Kameratene i M8 klasse 94, satte norsk rekord i rykk med 66 kg. Geir Hestmann, Oslo Atletklubb, M4, fortsatte med å sette rekord i 94 kg med flotte 105 kg i rykk.

Første pulje lørdag var den første av to jentepuljer. Her vant Camilla Carlsen, AK Bjørgvin klasse 53 for jenter med 53 – 65. Sølvmedalje til Sarah Øvsthus, Flaktveit IK. Marit Årdalsbakke, Tambarskjelvar vant klasse 63 kg med 64 – 76. Sølv til Sunniva Bruland, Tambarskjelvar IL, med bronsemedalje til Kamilla Wisth fra Nidelv.

I andre jentepulje var Ruth Kasirye, Tønsberg Kameratene klart best i klasse 69 kg med 100 kg i rykk og 125 kg i støt. Klart beste jente men etter som det ikke var tilstrekkelig med deltakere ble det ikke delt ut kongepokal i år. Elisabeth Holmstrøm, Trondheim Ak ble nr to i klassen med 71 kg i rykk og 88 kg i støt. Marianne Hasfjord, AK Bjørgvin, besatte tredjeplassen med resultatet 60 kg i rykk og 77 kg i støt.

I klasse 75 kg ble det en klar seier til Anja Evelin Jordalen, AK Bjørgvin. Hun rykket 84 kg og støtet 106 kg. Nummer to ble Trude Raad fra Tambarskjelvar IL med resultatet 70. 92 i henholdsvis rykk og støt. Linn Therese Dagsland Haugesund VK deltok i denne klassen og satte like godt norsk ungdomsrekord med 63 kg i rykk. I støt ble hun stående med 72 kg.

Eneste deltaker i +75 var TI Nationals Sandra Daniella Aas. Hun ble stående med 51 i rykk og 63 kg.

Menn:

62 kilos klassen ble vunnet av junioren Thomas Eide, Stavanger VK. Eide fikk 82 kg i rykk og etter to godkjente støt endte han opp på 107kg og 168 kg sammenlagt. Han var eneste deltaker i denne klassen.

I klasse 69 kilo vant Jantsen Øverås, Tambarskjelvar IL, med 100 kg i rykk og 116 kg i støt. Sølvmedaljen i klassen gikk til fjorårvinneren Morten Johannessen, Trondheim AK. Det var et svært jevnt oppgjør dem i mellom og det hele ble avgjort i siste forsøk.

Bronsemedaljen gikk til Even Walaker, Tønsberg Kameratene.

Ronny Matnisdal, Vigrestad vant, ikke uventet, klasse 77 kg med resultatet 131kg i rykk og 150 kg i støt. Rykket var norsk rekord i klassen. Med dette resultatet ble han nummer to

i kampen om HMK og samtidig innfridde han kravet til NVFs Innsatspremie, Gullklokka. Steinar Kvame, Tambarskjelvar (112 – 138) og Kristian Ulvan (100– 115) fulgte på de neste plassene.

Håvard Grostad, Nidelv IL var klar vinner i 85 kg klassen. Resultatet ble 124 kg i rykk og 155 kg i støt. Sølv til Leik Simon Aas, TI National som satte personlige rekorder med 120 kg i rykk og 147 kg i støt.. Nidelvs Alexander Hansen fikk bronsemedalje etter også å ha perset i rykk (119 – 144).

I klasse 94 kg vant Per Hordnes, AK Bjørgvin oppskriftsmessig med 142 kg i rykk og 175 kg i støt. Det skulle vise seg at dette holdt ikke bare til seier men også til kongepokal igjen. Per tok dermed sin 7. Kongepokal. Jarleif Amdal, Tønsberg Kameratene, rykket 132 og støtet 163 kg som holdt til sølv i klassen. Bronse til Sindre Rørstadbotnen i fra Tambarskjelvar, han fikk med seg 121 kg i rykk. I støt fikk han godkjent i sitt tredje forsøk på startvekta på 161 kg.

Kim Eirik Tollefsen, Tønsberg Kameratene, bekreftet bra form med 140 kg i rykk i klasse 105 kg. I støt ble han stående med 170 kg og gull i klasse 105 kg. Vigrestads junior løfter Kristian Hellenen løftet flott og kapret sølvmedaljen med resultatet 122 kg i rykk og 151 kg i støt. Øystein Robberstad, Gjøvik AK, bronse vinner i fjor røk ut i støt på tre forsøk på 165 kg.

I den tyngste klassen rykket Børge Aadland, AK Bjørgvin opp i fra sølvplass i fjor til gull i år etter dramaet som endte at Vebjørn Varlid røk ut i støt på startvekten 190 kg i støt. Sølv i klassen til Jon Peter Ueland, Vigrestad med resultatet 121 kg og 151 kg. Bronse til Daniel Holstad, Tambarskjelvar IL (116 -137).

Fordeling av antall deltakere på klubber inkludert veteraner og Norges cup ved NM 2012.

Klubb	Kvinner	Menn	Veteran	NC	Totalt
AK Bjørgvin	3	3	3		9
Flaktveit IK	1			1	2
Gjøvik AK		3			3
Haugesund VK	3	2	1		6
Hitra VK		1			1
IL Kraftsport			1		1
Larvik AK		1	4		5
Nidelv IL	1	3	2		6
Oslo AK			2		2
Spydeberg Atletene		1	2	1	4
Stavanger VK		3		1	4
T & IL National	2	3		2	7
Tambarskjelvar IL	3	6	2	1	12
Trondheim AK	1	2	3	2	8
Tysvær VK			1		1
Tønsberg Kameratene	1	4	1		6
Vigrestad IL		4		1	5

Statistikk over klubber med deltakere i NM siste årene:

Klubb	År	I alt	NM senior	Veteran	Kvinner	Bare NC
Vigrestad	1999	70		27	3	
Førde	2000	65		28	3	
Vigrestad	2001	72		27	6	
Trondheim	2002	74		28	4	
Vigrestad	2003	76		28	8	
Trondheim	2004	73		33	4	
Sarpsborg	2005	67		24	5	
Naustdal	2006	54		25	3	
Tønsberg	2007	63		31	2	2
Vigrestad	2008	59	40	26	7	3
Spydeberg	2009	73	44	38	10	2
Trondheim	2010	79	53	27	16	6
Bergen	2011	82	55	31	18	3
Naustdal	2012	79	48	28	16	10
Stavern	2013					

NM junior, Vigrestad, 28. april

NM junior og Norges Cup 2 ble arrangert av Vigrestad lørdag 28. april. I likhet med alle de andre stevnene som har vært arrangert der var dette også velsmurt. Antall deltakere var i junior denne gangen var 11 jenter og 20 gutter. Innveilingen var i Vigrestadhallen kl 09,00 lørdag morgen. Det ble derfor en lang dag for de som skulle løfte til slutt. Stevnet var ferdig kl. 20,00 lørdag kveld.

Først ute var gutter junior. I klasse 56 kg var Marvin Arntsen, Vigrestad eneste deltaker. Han løftet 55 -78 og dermed norsk juniormester.

Klasse 62 kg gutter Thomas Eide, Stavanger VK en klar seier etter meget god støt. Han fikk resultatet 85 - 115. Deretter fulgte Runar Klungervik, Hitra VK og Christian Lysenstøen, Spydeberg Atletene.

Klasse 69 kg ble selvsagt vunnet av Jantsen Øverås i fra Tambarskjelvar IL. Han var i god form og ble stående med 99 i rykk og 121 kg i støt. Ny pers i poeng med 308,68. Her fulgte Even H. Walaker, Tønsberg Kameratene og Hans Sande i fra Brodd IL.

I klasse 77 kg ble det en overraskende seier til Markus Settemsdal i fra Nidelv IL. Han fikk resultatet 88 i rykk og 115 kg i støt. Kristian Ulvan, Hitra VK og Leif Johan Kvamstad, Stavanger VK fulgte deretter.

Pulje to lørdag var det jentene som skulle i aksjon.

I klasse 53 kg vant Sandra Trædal, Tambarskjelvar IL med resultatet 49 - 63. Deretter fulgte Sarah Øvsthus, Flaktveit IK.

Klasse 58 vant Marte Dagsland, Haugesund VK med 43 kg i rykk og 54 i støt, nummer 2 ble Mari Forås, Trondheim Atletklubb med samme resultat, men tapte pga at hun var litt tyngre.

I klasse 63 kg vant Sunniva Bruland, Tambarskjelvar Il med 56 i rykk og 60 kg i støt. Hun ble alene i klassen ettersom alle rømte opp klasse 69 kg.

I klasse 69 kg vant Linn Therese Dagsland, Haugesund VK med resultatet 63 - 77. Deretter fulgte Marit Årdalsbakke, Tambarskjelvar IL og Kamilla Wisth, Nidelv IL.

I klasse 75 kg vant Marte Stenvaag, Trondheim Atletklubb med resultatet 49 - 63. Hun var alene i denne klassen denne gangen.

I pluss 75 kg vant Sandra Daniella Aas, TI National. Hun fikk godkjente forsøk på 55 - 75. Deretter fulgte Gunn Bjørke, AK Bjørgvin

Pulje 3 besto av klasse 85 kg hvor Tore Gjølringbø, Tambarskjelvar IL var favoritt. Han fikk 107 kg i rykk og 137 kg i støt. Dermed at han en klar vinner i klassen foran Kevin Lund, Hitra VK. Bronse til Roy Somme Ommedal, Vigrestad IK.

I klasse 94 kg var det også en Tambar gutt som var favoritt. Sindre Rørstadbotnen rykket 127 kg og støtet 168 kg, Dermed fikk han god utelling og ble klart beste løfter blant juniorene. Sandar G Isdal, Stavanger VK fikk sølvmedaljen.

Klasse 105 kg var forbeholdt hjemmeløfteren Kristian Hellenen. Han var god form og fikk 133 kg i rykk. I støt ble han stående med 160 kg. Dermed innfridde han lever for deltakelse i en junior i desember.

I den tyngste klassen var Sebastian Farmen, Larvik klart beste løfter. Med 114 kg i rykk og 155 kg i støt kunne han med rette kalle seg norsk juniormester 2012.

Beste juniorløfter for gutter ble Sindre Rørstadbotnen, Tambarskjelvar IL foran Kristian Hellenen, Vigrestad.

Beste jente junior løfter ble Marit Årdalsbakke, Tambarskjelvar IL

#### Norges Cup runde 2 2012:

Kvinner:

Ruth Kasirye, Tønsberg Kameratene ble klart best selv om hun ikke tok ut helt det hun hadde inne. Resultatet denne gangen ble 90 kg i rykk og 112 kg i støt. Anja Evelin Jordalen, AK Bjørgvin ble nummer 2 med 85 i rykk og 106 kg i støt. Nr. 3 ble junioren Marit Årdalsbakke, Tambarskjelvar IL

Menn:

Per Hordnes demonstrerte fortsatt i god form. Han rykket 143 kg og støtet 176 kg. Det holdt til seier med 360,89 poeng. Dermed vanket det pengepremier og heder igjen til den 7 ganger kongepokal vinneren i fra AK Bjørgvin. Håvard Grostad, Nidelv IL, ble nest beste løfter. Han satte personlige rekorder i begge disiplinene ne, 131 kg i rykk og 159 kg i støt i klasse 85 kg.. Det ga 347,13 poeng. Nummer tre denne gangen ble Ronny Matnisdal, Vigrestad med 343,96 poeng.

#### Referat fra Europamesterskapet 2012.

Det europeiske vektløfterforbundet(EWF) hadde valgt Tyrkia som vertskap for årets mesterskap. Forøvrig samme sted som arrangerte VM i 2010. Dette mesterskapet var for de europeiske landene den siste sjansen for å kvalifisere seg for London OL til sommeren. For oss små landene var dette en mulighet til å kvalifisere både med et individuelt godt resultat samt for lag.

For Norges del hadde vi bare en kvalifisert løfter i forhold til de krav som var gjeldene. Ruth Kasirye fra Tønsberg-Kameratene var bestemt på at hun skulle stille i klasse 69 kg. Likeså gjorde hun en selvstendig avgjørelse siste liten om at ville hun konkurrere i gruppe b. Dermed ble det konkurranse kl 11 fredag formiddag. Det var bare 5 deltakere i puljen. Formen til Ruth hadde i en lengre periode vist at hun har hatt en del å gå på i stevner. Treningene før mesterskapet var skjøtet på beste måte. Men vi visste også at hun hadde slitt med en lyskestrekk som hadde gjort seg gjeldene i vendingene spesielt. Ruth veide 68,47 kg og startet på 100 kg i rykk som dette gikk bra, likedan 103 kg i sitt andre forsøk gikk flott. I sitt tredje løfte ble det forsøk på 105 kg ble det et dårlig drag. Dermed ble hun stående med 103 kg i rykk. Hun startet flott med et støt 120 kg, deretter løftet hun greit 124 kg. I siste forsøk på 127 kg ble det bare et dårlig forsøk. Et bra gjennomført stevne men resultatet holdt ikke til å delta i OL.

#### NM ungdom

Linn Therese Dagsland fra Haugesund VK og Tore Gjølringbø fra Tambarskjelvar IL vant bestemannspremiene på NM for ungdom, som ble arrangert av ny oppstartede Tysvær VK, en utfordring de løste til særdeles godt.

Det ble konkurrert i 3 klasser for jenter og 8 klasser for gutter, i alt 11 klasser. Norgesmestrene kom fra 10 forskjellige klubber, noe som er veldig bra for sporten. Det ble tydelig demonstrert at vektløfting utøves fra Namsos i nord til Spydeberg i sør.

Søstrene Dagsland brakte to mesterskap til Haugesund VK, de 9 andre mestrene kom fra Nidelv IL, Stavanger VK, Vigrestad IK, Hitra VK, Namsos VK, Larvik AK, Tysvær VK, Tambarskjelvar IL og Spydeberg Atletene.

Som vanlig i ungdomsmesterskap, ble det satt et utall personlige rekorder.

Mestere ble i jenteklassene:

53 kg Marthe Dagsland, Haugesund VK, 41-53 totalt 94 kg.

63 kg Kamilla Wisth, Nidelv IL, 40-58 totalt 98 kg.

69 kg Linn Therese Dagsland, Haugesund VK, 58-77 totalt 135 kg.

Mestere i gutteklassene:

50 kg Eskil Andersen, Stavanger VK, 43-55 totalt 98 kg.

56 kg Marvin Arntsen, Vigrestad IK, 53-75 totalt 128 kg.

62 kg Runar Klungervik, Hitra VK, 65-88 totalt 153 kg.

69 kg Jo Magne Rønning Elden, Namsos VK, 65-82 totalt 147 kg.

77 kg Johan Fredrik Murberg, Larvik AK, 86-108 totalt 194 kg.

85 kg Ørjan Rullestad, Tysvær VK, 58-60 totalt 118 kg.

94 Tore Gjølringbø, Tambarskjelvar IL, 102-135 totalt 237 kg.

+ 94 Hans Magnus Kleven, Spydeberg Atl. 67-86 totalt 153 kg.

#### EM for ungdom.

EM for ungdom i 2012 ble arrangert i Bucharesti, Romania i perioden 25. - 1. september. Norske deltakere var Linn Theese Dagsland, Haugesund VK og Tore Gjølringbø, Tambarskjelvar IL. Trener var Gunnar Reiakvam, mens Arne Grostad var hovedleder.. Etter sauna stevne morgen veide Linn Therese inn til 68,95 kg. Oppvaringen gikk fint, men på platten forandret teknikken seg. Etter å ha gått i sittende posisjon med 60 kg i første forsøk så reddet hun denne vekten. Men begge forsøkene på 62 kg lyktes ikke. I støt ble ting bedre. Både 73 kg og 76 kg var flotte støt. I sitt siste på 78 kg ble det bom.

I gutteklassen startet Tore Gjølringbø i klasse 85 kg som talte totalt 12 deltakere. Han var rolig og balansert i forkant av konkurransen. Derfor var det ikke overraskende at både 106 kg og 110 kg gikk fint i rykk. 110 kg var personlig rekord med 3 kg. Et forsøk på 113 kg ble for tungt denne gangen. I støt startet Tore på 135 kg. Deretter ble det to bom på 140 kg. Sammenlagt ble han nummer 10 som en må si seg godt fornøyd med.

Europamesterskapet for juniorer og ungdom under 23 år, 3. – 9. desember 2012. Eilat, Israel.:

Norgestroppen besto av:

Juniorer:

Sindre Rørstadbotnen. Tambarskjelvar IL, Thomas Eide, Stavanger VK, Jantsen Øverås, Tambarskjelvar IL, Kristian Hellenen, Vigrestad IL.

Under 23 år:

Kim Eirik Tollefsen, Tønsberg Kameratene.

Hovedleder og trener Gunnar Reiakvam og trener Jostein Frøyd, Larvik AK.

Dessuten var både Tryggve Duun og Per Mattingsdal der i forbindelse med sine oppgaver i EWF.

Klasse 56 junior gutter:

Thomas Eide ble nummer seks i med resultatet 82 kg i rykk og 110 kg i støt. 110 kg i støt er solid norsk rekord i klassen. Thomas innledet sin konkurranse med bom på 82 kg i rykk i første løft. Deretter tok han delt lett i andre forsøk. Høyningen til 88 kg og forsøk på norsk rekord ble for mye denne gang. I støt ble Eide stående med 110 kg og norsk rekord før han prøvde på 115 kg i tredje forsøk. Han dro på seg vekta men måtte slippe da albuene kom bort i knærne. Klassen ble vunnet av en spanjol på 113 kg i rykk og hele 136 kg i støt. Men avstanden fram til en bronsemedalje i støt var ikke avskrekkende.

Klasse 62 kg junior gutter.

Jantsen Øverås innfridde og satte norsk rekord både i rykk, støt og sammenlagt med hele 102 kg i rykk og 126 kg. Han tok først 98 kg i rykk før han rykket greit 102 kg i andre løft. Deretter prøvde han på 104 kg, men det ble bare til et høyt drag.

I støt tok han først 122 kg før han bommet hårfint i over støtet på 126 kg. I siste forsøk gikk han inn og satte vekta kontant på pass. Dermed knuste han den gamle norske rekorden, som var på 122 kg, med hele fire kilo. Øverås ble til slutt nummer åtte i den meget sterke 62-kg klassen.

Klasse 94 kg junior gutter

Sindre Rørstadbotnen innledet med en bom på 123 kg i rykk. Deretter tok han 123 kg før han bommet på 126 kg i tredje løft. I støt begynte han på 159 kg før han tok 163 kg. Deretter ble det bom på 168 kg. Dette ga en 20 plass totalt for Sindre.

Sebastian Farmen begynte på 116 kg i rykk før han tok 120 kg i andre løft. Deretter ble det bom på 123 kg. I støt gikk han først på 158 kg og klarte dette greit. Deretter ble det bom på 163 kg før han satte vekta greit på plass i tredje forsøk. Sluttstatus ble at Sebastian ble nummer 22 i klassen.

Klasse 105 junior gutter.

Kristian Hellenen satte personlig rekord i støt med 164 kg. Han begynte på 128 kg i rykk før han greit tok 132 kg i andre løft. Deretter bommet han på 135 kg.

I støt sikret han med 158 kg før han uten problemer støt 164 kg i andre løft. Dette var fire kilo over personlig rekord i støt. Deretter gikk han på 168 kg -Han vendte vekta men

vendingen tok alle krefter før over støtet, og det ble bom denne gangen. Alt i alt en meget sterk konkurranse av Kristian. Han ble nummer 14.

I sinclair rankingen kom Jantsen Øverås på nummer 93 som beste norske junior med 328,07 poeng. Deretter Sindre Rørstadbotnen nummer 95 som nest beste norske junior med 326,45 poeng, Kristian Hellenen nummer 97 med 323,29, Sebastian Farmen nummer 99 med 322,44 poeng og tilslutt nummer 107 Thomas Eide med 297,48 poeng.

Nasjonskampen i EM junior ble vunnet av Russland foran Hviterussland og Polen. Og videre med Romania på fjerdeplass. Øst europeisk dominans ser vi.

#### Klasse 105 u 23 år.

Kim Eirik Tollefsen satte solid personlig rekord i støt og sammenlagt. Sammenlagt resultatet er fire kilo over personlig rekord. Han begynte på 140 kg i rykk før han gikk innom 144 kg og 146 kg i tredje løft, I støt imponerte han også ved å få alle tre løftene godkjent. Han innledet med 178 kg før han safet seg gjennom 180 kg i andre løft. Dermed var det sikret et meget godt sammenlagt resultat alt før siste løft. Der valgte han å gå på hele 184 kg, som ville gi to kilo personlig rekord i støt, og også personlig rekord sammenlagt med fire kilo. Etter ei tung vending tak han seg kraftig inn og satte over støtet perfekt på plass. Han endte tilslutt på 11 plass.

I sinclair rankingen ble Kim Eirik nummer 56 med 360,78 poeng.

Beste nasjon i EM u 23 år ble igjen Russland foran Polen og Tsjekkia.

#### NM 5-kamp.

Denne ble arrangert at AK Bjørgvin lørdag 16. september med Johnny Sandvik i bresjen. Hele 50 løftere deltok i mesterskapet. Mesterskapets desidert beste prestasjon sto Håvard Grostad, Nidelv il i pluss 18 år. Han oppnådde tidenes beste 5 kamp poengsum, 972,47 poeng. Etter å ha satt personlig rekord i støt med 162 kg og tellende 130 kg i rykk var det et langt trehopp med 10,22 meter som la grunnlaget for seieren og den gode poengsummen. Dermed havnet bestemannspremien også i 2012 hos Nidelv IL. Nest beste 5 kamp kjemper totalt ble Jantsen Øverås i gutter 17 – 18 år med 948,73 poeng.

Sølvmedalje i pluss 18 år ble spreke Runar Stikholmen i fra arrangørklubben AK Bjørgvin med 911,24 poeng foran total mesteren fra 2011 Nidelvs Alexander Hanssen med 873,06 poeng. Nummer 2 i 5-kampen

I gutter 17 - 18 år var Tambarskjelvars Jantsen Øverås suveren vinner. I vektløfterdelen fikk han tellende 95 kg i rykk og 119 kg i støt. Etter trekampen ble det tilslutt 948,73 som ble dagens nest beste resultat uansett klasse. Her ble Johan Fredrik Murberg nr to med 868,33 poeng. Tredjeplass til Even H Walaker i fra Tønsberg Kameratene med 859,31 poeng.

I gutter 15 - 16 år ble lovende og stadig i fremgang Hans Sande i fra Brodd beste 5-kamp kjemper med 771,30 poeng. Nummer 2 ble Jon Nerdal, AK Bjørgvin med 759,93 poeng. Bronsemedalje gikk til Breimsbygdas Bjarne Bergheim med 718,20.

Gutter 13 - 14 år ble et jevnt oppgjør mellom Eskil Andersen, Stavanger VK og Nicolai Pedersen, Larvik AK. Tilslutt ble det Eskil som vant med gode 680,22 poeng foran Nicolai sine 678,32 poeng



I jenteklassen 13 - 14 år ble lovende Marthe Dagsland i fra Haugesund VK beste løfter. Hun fikk 589,69 poeng.

Jenteklassen 15 - 16 år var Rebekka Tao Jakobsen i fra Larvik vinner med 653,08. Nummer to ble Beatrice Llano i fra Flaktveit IK som fikk 560,71 poeng. Nummer tre ble Helene Sofie Ingvaldsen i fra AK Bjørgvin med 559,03.

Jenteklassen 17 - 18 år. Sarah Øvsthus i fra Flaktveit IK som er en lovende løfter, vant klart denne klassen. Hun fikk 792,48 poeng foran Linn Therese Dagsland, Haugesund VK med 647,40 poeng. Hun satte for øvrig norske rekorder i rykk med 64 kg og rekord i støt med 76 kg. Nummer tre i 5 kampen ble Kamilla Wisth, Nidelv II med 512,82 poeng. Sarah kvalifiserte seg rett til nordisk mesterskap for junior jenter siste helga i oktober.

Jenter pluss 18 år. Her vant Sandra Trædal i fra Tambarskjelvar med 698,68 poeng. Nummer to ble Line Sjøftedal, Flaktveit IK med 572,04 poeng.

Et flott stevne med god innsats av både de aktive og arrangør.

#### Norges Cup 3. runde:

I tillegg ble Norges Cup runde 3 arrangert. Blant gutta ble beste løfter her ble Per Hordnes AK Bjørgvin 349,00 poeng foran Håvard Grøstad, Nidelv, 348,83. Nummer tre ble Aleksander Tkachenko, Vigrestad IK. 327,22 poeng.

I kvinneklassen Norges cup ble Sarah Øvsthus, Flaktveit IL beste jente mens Haugesund VKs Linn Therese Dagsland ble nummer to.

#### Nordisk mesterskap for senior og klubblag i Landskrona 28. – 30. september 2012.

Sverige sto som arrangør og det var den driftige klubben Landskrona Atletklubb med Eva og Patrik Helgesson i spissen som sto for avviklingen av mesterskapet.

Deltakende norske jenter i var: Marit Årdalsbakke, Tambarskjelvar IL, Elisabeth Holmstrøm, Trondheim AK. De konkurrerte i klassen 63 kg - 69 kg. Det er sinclair poengene som rangerer plasseringene. Marit fikk 63 kg i rykk etterpå ha bommet på den vekta i sitt andre forsøk. Elisabeth rykket først 70 kg deretter 73 kg mens det ble bom på 76 kg. I støt ble Marit stående med begynnervekten på 75 kg, en høyning til 79 kg skulle vise seg å være mye denne dagen.

Elisabeth rotet det litt til for seg ved det andre forsøket på 87 kg men hun tok seg flott inn og mestret denne vektet greit i sitt siste forsøk. Totalt perset Elisabeth i sammenlagt løftet kg.

Plasseringsmessig i klassen 63 kg - 69 kg holdt det ikke til medalje denne gangen. Beste løfter i denne klassen ble Carita Hansson, Sverige foran Jenni Puputti, Sverige og med Madeleine Ahlner, Sverige på bronseplass. Carita ble faktisk beste kvinnelige løfter totalt i mesterskapet.

#### Klubbkonkurransen for kvinner:

Tambarskjelvar IL kom på fjerdeplass. Klubbrepresentant Sandra Trædal, Tambarskjelvar IL, deltok i klubb konkurransen og åpent fint med alle godkjente rykk med 50 kg som det beste. Dette lovet godt før støtkonkurransen. Her ble hun stående med 61 kg gjeldende, en god konkurranse av Sandra med 5 godkjente løft.

Damer rangering i sinclair poeng:

Nr 1 Sverige 1257 poeng. Nr 2 Finland 840 poeng, nr 3 Danmark 666 poeng, nr 4 Norge 361 poeng, nr 5 Island 179 poeng.

Nordic Club Team Championships sinclair:

1 Mosseberg AK 439 2 Tampereen Pyrintö 424 3 IK 99 341 4 Tambarskjelvar IL 331

Søndagens stevne konkluderte med at Norge vant nasjonskampen i nordisk mesterskap for menn og dermed mottok vandrepokalen. NVF hadde valgt å styrke laget med yngre krefter denne gangen og de gjorde jobben sin godt. Deltakere og de som sto for innsatsen på det norske laget var:

Klasse 62 kg: Jantsen Øverås, Tambarskjelvar IL. Han løftet meget bra, han fikk 95 kg i rykk og gode 120 kg i støt. Nordisk mester.

Klasse 77 kg: Ronny Matnisdal, Vigrestad. Han var pigg som bare det. Rykket 123-126 men bommet på 128 kg. I støt ble han stående med 144 kg og dermed sølvmedalje. Han tapte gullet på kroppsvekten.

Klasse 85 kg: Håvard Grostad, Nidelv IL. Han viste nok en gang god form og innsats. Det ble personlig rekord i rykk med 132 kg mens det ble tangering av rekord i støt. Dette holdt til sølvmedalje, jevn kamp med en finne denne gangen også. Han fikk samme resultat som vinneren.

Klasse 94 kg: Per Hordnes, AK Bjørgvin. Han viste også god form med å rykke 140 og 143 kg. Så ble det bom på 145kg. Første støt på 172 ble stående som tellende løft da de to forsøkene på 180 ikke lyktes denne gangen. Allikevel ble det et sikkert gull klassen. Sindre Rørstadbotnen, Tambarskjelvar IL. Lyktes ikke helt i rykk og ble stående med 120 kg. I støt ble det 160 kg som tellende. En fin sølvmedalje ble det for vår junior løfter.

Klasse 105 kg: Møte med Kim Eirik Tollefsen, Tønsberg Kameratene var spennende da han har vist god form i høst. Nå ble det 140 kg i rykk etter at det ble bråstopp i forsøkene på 143 kg. I støt trakk han skikkelig til med først 170 kg deretter 173 kg gode forsøk som sikret gullet i klassen. Så gjorde han en dramatisk høyning til 182 kg. Og denne vekta banket han opp. Kjempeprestasjon og en verdig nordisk mester.

Klasse pluss 105 kg: Børge Aadland, AK Bjørgvin. Fikk bare med seg 120 i rykk. I støt fikk han startvekta på 170 kg, deretter høyner han til 179 i håp om å sikre sølvmedaljen. Dette ble for tungt denne gangen. Dermed ble det bronsemedalje til han denne gangen. Så neste års mesterskap arrangeres på Island, da er vi i forsvars posisjon.

Klubb konkurransen:

Tønsberg-Kameratene, Jarleif Amdal, Kim Eirik Tollefsen, Richard Foyn Markeng, Even Wallaker. Jarleif var i god form og fikk 125 kg i rykk og 155 kg i støt. Even var også i god form og når Kim Eirik, som nevnt tidligere var i god form, var det for Richard Markeng bare å fylle ut laget. Gratulerer til Tønsberg-Kameratene.

Nasjonskampen Nr. 1 Norge 75 poeng, nr. 2 Sverige 68 poeng, nr. 3 Finland 62 poeng, nr. 4 Danmark 10 poeng.

Klubb konkurransen:

1 Tønsberg-Kameratene 976 2 Parkanon Pentti 963

Nordisk junior og ungdom, Parkano, Finland, 26. – 28. oktober

## Gutter ungdom:

Tore GjØringbØ, Tambarskjelvar IL, ble nordisk ungdomsmester og ble suveren beste lØfter blant guttene. Han hadde en oppvisning og spilte ut hele sitt register som vi har sett han besitter. Han ble til slutt stØende med 115 kg i rykk og 150 kg i stØt. Personlige rekorder og hele 316,7 sinclair poeng. Ingen andre lØftere var over 300 poeng. En velfortjent mestertittel i klasse 85 kg.

Norges andre deltaker i ungdomsklassen denne helga var Johan Fredrik Murberg, Larvik AK lØftet ogsØ opp mot sitt beste og ble belØnnet med en sØlvmedalje. Han fikk 96 kg i rykk og 121 kg i stØt. Vinneren ble stØende pØ samme resultat men vant gull pØ lettere kroppsvekt.

## Jenter ungdom:

Linn Therese Dagsland, Haugesund VK, ble stØende med 66 kg i rykk og 77 kg i stØt. Dette holdt til en fjerdeplass i den knallharde klassen. Hun var 10 kg bak vinneren. Resultatet er oppimot det beste Linn Therese har gjort tidligere.

## Jenter junior:

Sarah Øvsthus satte sin klubb Flaktveit IK og Norge pØ kartet med Ø bli nordisk junior mester. Sarah imponerte i sin debut i sin fØrste internasjonale konkurranse og ble klart nordisk mester i jenter gruppe 48kg til 58 kg med 181,3 sinclair poeng. Det er poengene som rangerer plasseringene innenfor hver gruppe. Hun veide 51,01 kg og ble stØende med resultatet 56 kg i rykk og 69 kg i stØt. Gratulerer til klubben Flaktveit IK og Oddgeir Larsen i spissen.

Norges andre jente i junior klassen var Marit Årdalsbakke, Tambarskjelvar IL. Hun fikk sØlvmedalje i gruppen 63 kg - 69 kg med 65 i rykk og 75 i stØt. Totalt 175,1 sinclair poeng.

## To nordiske juniormestre for gutter.

Jantsen ØverØs fra Tambarskjelvar IL, i klasse 62 kg, og Sebastian Farmen fra Larvik AK, i klasse 105 kg, ble begge nordiske juniormestre i vektlØfting sØndag. Det var en god norsk innsats av de norske juniorgutta sØndag. Jantsen fikk denne gangen bare sine begynnerlØft med 98 kg i rykk og 120 kg i stØt. Jantsen er dermed dobbel nordisk mester i 2012 all den tid han ogsØ vant senior tittelen i slutten av september.

Den andre nordiske tittelen kom i klasse 105 kg ved Sebastian Farmen fra Larvik AK, som har vist seg frem i hØst med en fin utvikling. Denne gangen fikk han 118 kg i rykk. I stØt slo han til med hele 164 kg og personlig rekord.

## Norske lØftere ellers:

Sindre RØrstadbotnen, Tambarskjelvar IL, i klasse 94 kg, ble stØende med 125 kg i rykk og 160 kg i stØt. Dette holdt til en sØlvmedalje i dette selskapet. Han vendte forØvrig 165 kg to ganger.

Kristian Hellenen fra Vigrestad IK, klasse 105 kg, rykket godkjent 127 kg, og stØtte 155 kg. Dette holdt ogsØ til en sØlvmedalje.

Even Wallaker fra TØnsberg-Kameratene, klasse 69 kg, fikk resultatet 95 i rykk, og 113 kg i stØt i klasse 69 kg. Dette skulle vise seg Ø holde til en fjerdeplass.

Markus Settemsdal, Nidelv IL, klasse 77 kg, lØftet 94 kg i rykk (pers) og 120 kg i stØt. Dette ble belØnnet med en fjerdeplass. Han vendte greit 127 kg i hØp om medalje, men overstØtet ble for tungt denne gangen.

Nasjonskamp jenter ungdom			Nasjonskamp jenter Junior		
1	Danmark	876 p	1	Finland	463p
2	Finland	854p	2	Norge	356p
3	Sverige	670p	3	Sverige	348p
4	Island	174p	4	Danmark	330p
5	Norge	167p	5	Island	

Nasjonskamp gutter ungdom			Nasjonskamp gutter junior		
1	Finland	86p	1	Finland	85p
2	Danmark	43p	2	Norge	60p
3	Norge	22p	3	Sverige	48p
4	Sverige	12p	4	Danmark	10p
5	Island	8p	5	Island	0p

#### Universitetsmesterskapet i Eilat, Israel 4. – 10. november.

Det var en mellom fornøyd Håvard Grostad etter sin deltakelse i det tredje universitetsmesterskapet som ble arrangert i Eilat, Israel. Han representerer NTNU i Trondheim men er medlem av Nidelv IL, løftet i klasse 85 kg. I første forsøket i rykk på startvekten 128 kg ble det bom. Imidlertid gikk denne greit i neste forsøk. Dermed ble det høyner til personlig beste i rykk på 133 kg. Denne var på strake armer men falt ned foran på vei opp. I støt fungerte det bra, både 155 kg og 159 kg gikk fint. Nytt pers forsøk ble det så på 163 kg. Denne vekten støtet han også, etter en ok vending. Men to av de tre dommerne mente det var en liten etterpress i den ene armen. Dermed ble det som kunne ha blitt et veldig bra resultat, et passe fornøyd resultat.. Det var totalt 27 nasjoner som deltok i årets Universitetsmesterskap. Totalt var det 145 løftere fordelt på 52 jenter og 93 gutter. Hele 27 løftere fikk over 400 poeng, den beste var russeren Anten Okulov i klasse 85 kg, med 431,70 poeng, tiendeler foran en landsmann. Og det var 27 jenter over 230 poeng med Suping Meng, Kina med beste 323 poeng.

De større nasjonene satser tydelig på dette mesterskapet og bruker det som et ledd i oppbyggingen av nye lag.

Masters

Den internasjonale representasjonen for norske veteraner var beskjeden i 2012. Men desto gledeligere resultat for de som deltok.

EM Masters, Azerbaijan

Kåre Sømme, Haugesund VK, gjorde en stor innsats og ble europamester i klasse 105+ i M8 resultatet 45-60-105 kg sammenlagt. Kåre har vært et navn i norsk vektløfting i mange tiår og holder fremdeles både interessen og treningen vedlike.

VM masters, Lviv, Ukraina

Sølvmedalje i VM for veteraner til Bernt Petter Andersen, Stavanger VK. Det var vanskelig å se noen medaljesjanser på Bernt Petter basert på de oppgitte resultater i M4 105 kg klassen, men som mange har opplevd tidligere, så skal det løftes først. Med 3 godkjente rykk på 90 – 95 og 97 kg, sikret han sølvmedaljen i første forsøk i støt på 117 kg. Han høynet til 125 kg i andre, som ikke ble godkjent, før han i siste forsøk satte 132 kg (norsk rekord i klassen) og 229 kg sammenlagt. Gullet ble vunnet på 246 kg og bronzen på 213 kg.

Johan Thonerud hadde på papiret gode sjanser på bronsemedalje i M5 94 kg klassen. Det viste seg imidlertid å være en umulig oppgave denne gang, med en vinner på 225 kg, sølv på 216 og bronse på 213 kg. Med 6 godkjente løft med hhv 80-84 og 86 kg i rykk og 104-108 og 110 kg i støt, slo han de øvrige 5 i klassen. God innsats av disse noe yngre veteranene.

NM lag finale og Norges Cup 16. og 17. november i Naustdal

Lagfinale menn senior.

Tambarskjelvar IL tok tilbake tronen og vant sitt 16 mesterskap. Og laget besto både av ungdom, junior, senior og master løftere. Denne gangen var det en av lagets unge løftere, Sindre Rørstadbotnen, som ble lagets bestemann. Tambarskjelvar IL vant til slutt etter en svært jevn kamp. Det bølget frem og tilbake men jevnheten til Tambarskjelvar IL gjorde utslaget. Alle på laget løftet opp imot sitt beste, Daniel Holstad med pers i støt på 145 kg, Jantsen Øverås støtet igjen 125 kg, Steinar Kvame bet sammen tennene selv etter å ha fått en kink i ryggen en uke før, Yngve Apneseth tilbake etter rygg besvær, og Sindre Rørstadbotnen trygg på resultat. Til sammen 1576,67 poeng med Sindre som beste poeng plukker med 326,54 poeng. Tambarskjelvar ILs lag besto i tillegg av ungdomsløfter Tore Gjølringbø som har hatt mange gode resultater i høst, denne gangen ny personlig rekord i rykk.

Nærmest fulgte Tønsberg-Kameratene hvor Kim Eirik Tollefsen gjorde 145 kg i rykk og 180 kg i støt. Han vendte 184 men det ble for tungt i overstøtet. Han oppnådde dermed dagens beste poengsum med 353,42. Jarleif Amdal viste igjen positive tendenser og er på vei tilbake etter en vanskelig periode. 130 kg i rykk og 165 kg i støt. Dette ga 347,71 poeng. Ruth Kasirye krydret laget og selv med dårlig trening til henne å være, løftet hun 88 kg i rykk og 110 kg i støt. Det ga 279,53 herrepoeng. Laget besto av Ruth Kasirye, Jan Robert Solli, Even H Wallaker, Jarleif Amdal, Kim Eirik Tollefsen og Richard Markeng.

Bronsemedaljer til Vigrestad IK hvor Ronny Matnisdal gnistret til uten å lykkes helt. 128 kg i rykk og 140 kg i støt endte han på. 338,36 poeng bidro han med til laget som beste mann. Junioren Kristian Hellenen viste også god form med 130 kg i rykk og 157 i støt. Det

ga 313,54 poeng. Aleksander Tkachenko ble neste beste poengplukker for Vigrestad med 321,33 poeng.

Vigrestad IKs lag besto av Kristian Høyland, Jon Petter Ueland, Roy Sømme Ommedal, Kristian Hellenen, Aleksander Thachenko og Ronny Matnisdal.

Lagfinale kvinner.

Seier til AK Bjørgvin. Lagene som stilte i finalen var AK Bjørgvin, Tambarskjelvar IL, Flaktveit og Haugesund VK. Etter jevnt løfting av AK Bjørgvin så slå de Tambarskjelvar etter en svært jevn kamp. Kine Nesheim, Guro Bjørke, Camilla Carlsen og Anja Evelin Jordalen. Til sammen fikk de 527,68 med Anja som beste poengplukker med sine 219,92.

Tambarskjelvar IL ble nr. to med 527,31 poeng. Deltakende løftene på laget var Trude Raad, Sandra Trædal, Marte Rygg Årdal og Marit Årdalsbakke. Marit var knepent beste poengplukker for laget sitt med 176,65.

Nummer tre i finalen ble Flaktveit IK. Sarah Øvsthus, Naomi Van den Broeck. Sarah var beste jente i laget med 176,42 poeng.

Haugesund VK ble nummer fire med 420,86 poeng. Linn Therese Dagsland satte like godt norsk rekord i støt for ungdom i klasse 69 pluss med 80 kg. Hun fikk dermed 170,11 poeng. Søster Marthe og Mariell Thorbjørnsen Brinch var de øvrige på laget.

Lagfinale junior menn.

Ikke overraskende ble det Tambarskjelvar IL som vant årets juniorfinale. Lagene her var foruten favoritten Larvik AK og Spydeberg Atletene. Tambarskjelvar IL ledet etter rykk og styrte det hele kontrollert i land. Flere av deres junior løfter skulle også løfte på elitelaget i finalen slik at de tok hensyn til dette. Laget vant uten å anstrenge seg for mye. På laget var Jantsen Øverås, Sindre Rørstadbotnen og Tore Gjølringbø. De fikk poengsummen 797,71 poeng. Poengene ble fordelt slik innad i laget: Jantsen 279,03, Sindre 268,31, Tore 250,37.

Sølv til Larvik AK med Sebastian Farnen, Nicolai Pedersen, Johan Fredrik Murberg, Sveinung Pedersen. Sebastian ble beste poengplukker med 321,46 poeng foran med Johan Fredrik med 277,66 poeng.

Bronse til Spydeberg Atletene med Christian Lysenstøen, Krister Thonerud, Tom - Eirik Lysenstøen, Hans Magnus Kleven. Sistnevnte ble beste løfter her med 207,35.

Lagfinale ungdom gutter.

Larvik AK er tilbake i toppen også i ungdomsklassen. Laget som besto av Rebekka Tao Jacobsen, Byamungu Kabiraba, Nicolai Pedersen og Johan Fredrik Murberg vant etter en jevn konkurranse. Johan Fredrik ble bestemann på laget med 279,31 poeng. Det skilte ca 11 poeng ned til sølvplassen.

IL Brodd med Peter Wilke, Thomas Mardal, Evald Devik, Hans Sande fulgte nærmest. God innsats av guttene med Hans som beste løfter innen laget med 242,04 poeng. Moro med at en fersk vektløfterklubb kapret sølvmedaljen.

Hitra VK med Karl Petter Ulvan, Runar Klungervik, Ole Magnus Strand. De oppnådde å kapre bronsemedaljen med totalt 647,66 poeng. Ole Magnus ble beste poengplukker for laget med 231,90 poeng

Tambarskjelvar IL med Joakim Snildal, Matias Aase, Jonas Helgheim, Steffen Skjærli. De ble stående tilslutt med 452,22 poeng og det holdt til fjerdeplass. Jonas ble laget bestemann med 155,30 poeng.

Lagfinale menn veteraner.

Trondheim AK hentet tilbake gullet til Trondheim etter å ha gitt fra seg seiersrekken i veteranklassen i fjor. Nå er de tilbake på toppen igjen. Trondheim AK vant lagfinalen foran Grenland Ak med Larvik AK på bronseplass.

Beste TAK-løfter ble Jan Nystrøm med 84 kg i rykk og 97 kg i støt. Dette ga 351,68 poeng. Deretter fulgte Johan Nystrøm med 346,78 poeng, Eskil Lian med 327,79 poeng, og Jan Egil Trøan med 308,08 poeng. Til sammen fikk de tre tellende på laget 1 026,25 poeng.

Grenlandsløfterne Egon Vee Haugen, Bjørnar Olsen, Atle Rønning ennå, men de oppnådde til sammen 994,18 poeng. Det var med andre ord svært jevnt mellom Trondheim AK og Grenland AK.

Larvik AK på tredjeplass oppnådde 885,5 poeng. Her stilte Kolbjørn Bjerkholt, Roald Bjerkholt, Aage Sletsjøe. Den tidligere kongepokal vinner Aage ble laget beste poengløfter, men det skilte bare 8 masterpoeng dem imellom.

Spydeberg Atletene ble nummer fire med 841,88 poeng. Laget var Johan Thonerud, Terje Bjerke, som satte norsk rekord i rykk M3 med 118 kg, og Bjørn Thore Olsen. Kaptein Thonerud lagets beste med 330,07 poeng.

#### Norges Cup 2012:

I jentenes Norges Cup vant Ruth Kasirye, Tønsberg Kameratene, (244,40 poeng) klart foran Anja Evelin Jordalen AK Bjørgvin (219,92 poeng) Marit Årdalsbakke, Tambarskjelvar IL på tredjeplass (176,65 poeng)

Blant gutta vant Kim Eirik Tollefsen, Tønsberg Kameratene (353,42 poeng) foran Per Hordnes, AK Bjørgvin, (350,10 poeng) med Jarleif Amdal, Tønsberg Kameratene på tredjeplass (347,71 poeng) foran Vebjørn Varlid, Tambarskjelvar, (350,37 poeng) med Jarleif Amdal, Tønsberg Kameratene, (347,71 poeng) som tredje mann.

I Norges Cupen for senior menn ble det en klar seier til Per Hordnes fra AK Bjørgvin, som oppnådde maksimale 75 poeng. Håvard Grostad fra Nidelv IL knep andreplassen et poeng foran Ronny Matnisdal fra Vigrestad IK, Jarleif Amdal fra Tønsberg-Kameratene nr fire.. Sindre Rørstadbotnen fra Tambarskjelvar IL nr femte mens Aleksandr Tkachenko fra Vigrestad IK måtte nøye seg med sjetteplassen.

I Norges Cupen for senior kvinner ble det en relativt klar seier til Ruth Kasirye fra Tønsberg-kameratene, som oppnådde maksimale 75 poeng. Anja Evelin Jordalen fra AK Bjørgvin fulgte på en relativt klar andreplass, mens Sarah Øvsthus fra Flaktveit IK på tredjeplassen i sin første sesong i Norges Cupen. Marit Årdalsbakke fra Tambarskjelvar IL nr fire, Linn Therese Dagsland fra Haugesund VK ledet etter 3. omgang, men måtte til slutt nøye seg med femteplassen. På sjetteplass fulgte Sandra Trædal fra Tambarskjelvar IL.

I Norges Cupen for Junior/Ungdom vant Sindre Rørstadbotnen fra Tambarskjelvar IL, som også oppnådde maksimale 75 poeng, relativt klart foran Jantsen Øverås fra samme klubb og Kristian Hellenen fra Vigrestad IK.. Sebastian Farmen fra Larvik AK fulgte på

fjerdeplass, Tore GjØringbØ fra Tambarskjelvar IL ble nummer 5 og Thomas Eide fra Stavanger VK ble nummer 6.

Årets klubb 2012.

Tambarskjelvar IL ble en klar vinner av Årets klubb, selv om de var mindre suverene i år enn i fjor. Som i fjor tok Nidelv IL andreplassen, mens AK BjØrgvin ble nummer 3.

Utdanning:

Trenerløypa:

Det var mange møter med NIF og innen kompetansegruppa i løpet av året. De fleste ganger var det Janne Grostad og Camilla Carlsen som deltok.

Det ble arrangert to trenerseminar et i april og et i november.

Det var arrangert bare et Trener I i 2012. Det var AK BjØrgvin og Flaktveit IK som samarbeidet om dette. Instruktør var Johnny Sandvik.

Andreas Lossius Ask	Flaktveit IK
Heidi Wolf Gravemoen	Flaktveit IK
Joakim GrØnsdal	Flaktveit IK
Oddgeir Larsen	Flaktveit IK
Roald Skjoldheim	Flaktveit IK
Marianne Hasfjord	AK BjØrgvin
Raymond Sture	Flaktveit IK
Joacim Heier	Flaktveit IK
Vegard Larsen	Flaktveit IK
Instruktør: Johnny Sandvik	AK BjØrgvin

Referat i fra trener samling 20. – 21. april 2012.

Fredag 20. og lørdag 21. april arrangerte NVF et trenerseminar på Toppidrettssenteret i Oslo. 16 trenere på både klubb og forbundsplan deltok.

Hele trenerseminaret denne gangen dreide seg om implementeringen av den nye trenerløypa i Norges Vektløfterforbund. I forkant hadde kompetansegruppen, i denne omgangen ved Janne Grostad, Rune Rasmussen og Arne Grostad, gjort et forhåndsarbeid som lå som et bakteppe for helgas samling. Deltakere denne gangen var en blanding av gammelt og nytt. Det lover bra for den fremtidige trenerutdanningen.

Det var "Trener I" kurset som var hovedemne. Det ble arbeidet både i plenum og i grupper. Hvis en skal trekke frem tre hovedfokusområder som deltakerne mente må forsterkes i den nye Trener I utdanningen, så er det enda større vekt på riktig teknikkinnlØring, grunnleggende treningsplanlegging, og mental trening.

Arbeidet fortsetter med møter i NIF sammen med vØre samarbeidsidretter. Videre er planen at trenerne møtes igjen utpØ høsten engang.

Deltakerne var:

Janne Grostad, NVF, Trenerløypa

Camilla Carlsen, NVF, Trenerløypa

Arne Grostad, NVF

Ove Varlid, Tambarskjelvar IL

Daniel Holstad, Tambarskjelvar IL

Sigvald Monsen, Stavanger VK

Tor Steinar Herikstad, Vigrestad IK

Kristian Ulvan, Hitra VK

Jon Birger Brevik, Hitra VK



Lubomír Kafonek, Trondheim AK  
 Johnny Sandvik, AK Bjørgvin  
 Ola Bergheim, Breimsbygda IL  
 Johan Thonerud, Spydeberg Atletene (lørdag)  
 Jan Robert Solli, Tønsberg Kameratene (lørdag)  
 Sigve Nedrebø, Vigrestad IK  
 Johanna Wåsjør, Oslo Atletklubb

#### Trener seminar 2. – 3. november 2012

Fredag kveld og lørdag arrangerte NVF det tradisjonelle høst trenerseminaret. Etter middagen fredag kveld, som var første aktivitet, hadde sportssjefen et innlegg som bar preg av at han ville framsnakke norsk vektløfting da det har skjedd en del gledelige ting ved den aktive idretten. Både de gode resultatene i de nordiske mesterskapene samt at mange hadde klart forbundets kvalifiserings krav for EM junior og EM u 23 år. Og at også en deltaker hadde klart kravet til Universitetsmesterskapet. En positiv trend på slutten av året som vi må ta godt vare på videre.

Deretter fulgte en liten meningsutveksling blant deltakerne, bla ble det enighet om at fellesnevneren for de miljø som har utøvere som kvalifiserer seg til internasjonale mesterskap har, mer eller mindre, en stabil trener kompetanse i klubben. Dette er noe av det viktigste for å lykkes mente mange. Og en av hensiktene med disse trenermøtene var i utgangspunktet at trenere i klubbene skulle møtes for kompetanse påfyll samt at det skulle være motiverende for å stå på videre i sitt arbeide i sine klubber. Videre orienterte Janne Grostad om den nye Trenerløypa i Norges vektløfterforbund. Her registrerer vi at en har kommet langt, nå står det tilbake å få de godkjenningene den skal ha samt å lage en terminliste. E - læringsmodulene er ferdige. Når terminlisten er klar, som skal tilkjennegi hvor de enkelte kursene avholdes, er det bare å melde seg på.

Deretter var fokuset på basistrening både med teori og praktisk øving. Janne hadde hånd om denne men også med hjelp mann Lubomír Kafonek. Basis trening er svært viktig, mange undersøkelser viser at utøvere som har lyktes i topp internasjonalt har hatt en allsidig fysisk adferd i barn og ungdomsperioden. Denne er både skade forebyggende samt at en blir tøffere til å ta i mot den harde treningen over tid som skal til for å lykkes internasjonalt, hvis dette er det store målet.

Lørdag 3. november startet med at Pål Herfløvsen i fra judo forbundet foreleste om mental trening. Han er utdannet lege og psykiater og hadde et engasjerende foredrag. Det ble poengtert at mental trening må det trenes på for å lykkes. Gjerne et par ganger om dagen, øving, øving var noe han gjentok. Dette å klare å frikople seg i fra verden og ha maksimal fokus, konsentrasjon om en oppgave er en nødvendighet for å prestere godt. Men det ble poengtert at en vanskelig kan ha topp fokus i lengre tid, å dele opp døgnet med forskjellige fokusområder er en løsning.

I en stresset hverdag med f.eks. skole, trening, familie, arbeid ble det anbefalt at en regulerte sin hverdag slik at en har tidssoner med full fokus på de enkelte arbeidsoppgaver. Ikke gjøre noe halvhjertet over tid men ha full fokus i en kortere periode.

Sportssjefen inviterte de aktive som trener på TIS for å være med på denne leksjonen og det var gledelig at Marit Årdalsbakke, Vebjørn Varlid og Øystein Robberstad tok i mot invitasjonen.

Siste økte før lunsj ble brukt til å vise deltakerne Styrets mandat til den arbeidsgruppen som skal jobbe med den videre strategien for toppidrettssatsingen i Norges Vektløfter Forbund. Her var definert 6 punkter som skal utredes, deltakerne fikk være med på et gruppearbeide på 4 av dem.

Lubomír Kafonek var invitert for å fortsette der han slapp ved april samlingen når det gjaldt skadeforebygging. Dette skjedde både med en teoretisk leksjon og en praktisk. Det siste merket vi på kroppen når vi fikk prøve de forskjellige øvelsene. Det ble igjen en engasjerende leksjon med mye kompetansepåfyll for deltakerne.

Deltakere var:

Janne Grostad, Trenerløypa

Arne Grostad, NVF

Ove Varlid, Tambarskjelvar IL

Daniel Holstad, Tambarskjelvar IL

Sigvald Monsen, Stavanger VK

Jon Birger Brevik, Hitra VK

Lubomír Kafonek, Trondheim AK

Torstein Dæhlin, Gjøvik AK

Ola Bergheim, Breimsbygda IL

Ann Beatrice Høien, Vigrestad IK

Lørdag:

Vebjørn Varlid, Tambarskjelvar IL

Øystein Robberstad, Gjøvik AK

Marit Årdalsbakke, Tambarskjelvar IL

---

Trondheim 31.12.2012

Arne Grostad

Sportssjef NVF

## DOMMERE / TEKNISK UTVALG

### ÅRSRAPPORT FRA TEKNISK UTVALG 2012

Teknisk utvalg har bestått av Arne Pedersen (leder) Tryggve Duun og Camilla Carlsen.

#### Dommere til NM

I 2012 var det en internasjonal dommer med lokal tilknytning som ble benyttet under NM Senior, og tre med annen tilknytning. Under NM Lag ble det benyttet to internasjonale dommere uten lokal tilknytning. I begge disse mesterskapene ble det også benyttet mange forbundsdommere med lokal tilknytning. Økonomisk var dette gunstig. Ved andre NM har arrangøren i samarbeid med NVF plukket ut dommere. I det alt vesentligste er det benyttet lokale dommere ved disse stevnene.

#### Internasjonale oppdrag

Teknisk utvalg oppdaterer fortløpende runderingslisten for internasjonale oppdrag. I de tilfeller der en dommer som blir spurt svarer nei, har turen gått til nestemann. Den som svarer nei stiller deretter bak i køen som om han hadde svart ja. Ved vurdering av uttak til EM og VM har vi i stor grad tatt hensyn til muligheten for å bli tatt ut som dommer. Det vises til egen oversikt over representasjon for dommere.

#### Internasjonale dommere.

I løpet av året har Jan Nystrøm, Trondheim AK, blitt ny internasjonal dommer kategori II. For dommere som har dømt lite eller ingenting har ikke styret funnet å ville fornye lisensen. I vurderingen av spørsmålet om fornyelse av lisens har det også blitt tatt hensyn til mulighetene for å bruke dommeren ved internasjonale oppdrag.

Pr. 31.12.2012 hadde NVF følgende internasjonale dommere:

Per Marstad	Tønsberg–Kameratene	Int. I
Per Mattingsdal	Vigrestad Idrettsklubb	Int. I
Reidar C. Johnsen	AK Bjørgvin	Int. I
Tryggve Duun	Trondheim Atletklubb	Int. I
Torstein Gjervan	Trondheim Atletklubb	Int. II
Arne Grostad	Nidelv IL	Int. II
Steinar Kvame	Tambarskjelvar IL	Int. II
Trond Kvilhaug	Nidelv IL	Int. II
Sigvald Monsen	Stavanger VK	Int. II
Johnny Sandvik	AK Bjørgvin	Int. II
Ole Jacob Aas	T & IL National	Int. II
Jan Nystrøm	Trondheim AK	Int. II
Gunnar Reiakvam (ikke lisens)	Tambarskjelvar IL	Int. II
Johanna Waasjø (ikke lisens)	Oslo AK	Int. II
Hallvard Schjetne (ikke lisens)	Nidelv IL	Int. II
Sigurbjørn de Lange (ikke lisens)	Tønsberg – Kameratene	Int. II
Svein Skeiseid (ikke lisens)	Haugesund Vektløfterklubb	Int. II
Tore Bjørnsen (ikke lisens)	Stavanger Vektløfterklubb	Int. II

**Dommerinstruktører**

Tryggve Duun	Oslo, Akershus, Hedmark og Oppland, Møre-og Romsdal, Trøndelag og Nord-Norge
Per Mattingsdal	Telemark, Vestfold, Østfold, Rogaland og Agderfylkene
Reidar C. Johnsen	Hordaland, Sogn- og Fjordane

**Dommerutdanning**

Det har vært avholdt 2 dommerkurs i 2012.

Det første kurset ble holdt i Trondheim i oktober med Tryggve Duun som instruktør. Følgende besto dommerprøven:

Ketil Johnsen	Trondheim AK	Forbundsdommer
Jan Egil Trøan	Trondheim AK	Forbundsdommer
Markus Fosse	Trondheim AK	Forbundsdommer
Marius Winger	Trondheim AK	Forbundsdommer
Kjetil Holden	Trondheim AK	Forbundsdommer
Ragnar Iversen	Trondheim AK	Kretsdommer
Nicolas Johnsen	Trondheim AK	Kretsdommer
Lubomir Kafonek	Trondheim AK	Kretsdommer

Det andre kurset ble holdt i Breimsbygda 10. – 11. november med Reidar C. Johnsen som instruktør. Følgende besto dommerprøven:

Hans Sande	IL Brodd	Forbundsdommer, kretsdommer i 2012
Jørund Årdal	IL Brodd	Forbundsdommer
Ola Bergheim	Breimsbygda IL	Forbundsdommer
Bjarne Bergheim	Breimsbygda IL	Forbundsdommer, kretsdommer i 2012
Vemund Holstad	Dale IL	Forbundsdommer, kretsdommer i 2012 og 2013
Aksel Strand	Dale IL	Forbundsdommer, kretsdommer i 2012 og 2013
Jørn Helgheim	Tambarskjelvar IL	Forbundsdommer
Sandra Trødal	Tambarskjelvar IL	Forbundsdommer
Jonas Helgheim	Tambarskjelvar IL	Kretsdommer

Til samme har dermed 13 nye forbundsdommere (hvorav 2 er kretsdommere i 2012 og 2 er kretsdommere i 2012 og 2013) og 4 nye kretsdommere etter de tre kursene.

Det vises til oversikt over NVFs dommere. Forbundskontoret v/generalsekretæren har fulgt opp dommerlisten fortløpende, og dommerrådet takker for hjelpen vi har fått til dette. Samtidig minner vi om at forbundsdommere som ikke har vært aktive, dvs. har dømt, vært sekretær eller stevneleder, på stevner på to år blir automatisk kretsdommere og må avlegge

ny prøve for å bli forbundsdommer igjen. Dersom dommeren ikke har vært aktiv på 5 år mister han/hun også kretsdommergraden.

Det ble vedtatt på Tinget 2010 at internasjonale dommere som ikke har dømt på 2 år mister sin internasjonale grad.

Ved siden av dommeroppgavene har Teknisk utvalg også ansvar for protokoller, resultatservice i forbindelse med norske mesterskap, og tekniske spørsmål relatert til avvikling av stevner. Herunder kommer også å være styrets rådgivere i lovspørsmål, og å bistå ved NM arrangement.

Arne H. Pedersen  
Leder Teknisk utvalg

**Funksjonæroppgaver:**

Landskamp England – Sverige – Norge	Bristol, England	Steinar Kvame Trond Kvilhaug
NM senior og veteran	Tambarskjelvar IL	Per Mattingsdal Reidar C. Johnsen Torstein Gjervan Steinar Kvame Ingolf Viken Borghild Reiakvam Ole Martin Larsen Ketil Holden Tom Farsund Stian Grimseth Jostein Oma Ove Varlid Jan Nystrøm Petter N. Sæterdal Håvar Røyseth Dag Rønnevik Arne Larsen
NM ungdom	Tysvær VK	Per Mattingsdal Sigvald Monsen Svein Skeiseid Jonas Stavnheim Jan Inge Hammer Sigve Nedrebø Kjell Magne Sunde Dag Rønnevik Sander G. Idsal Per Olav Dagsland Thomas Eide
EM Senior	Antalya, Tyrkia	Per Mattingsdal Tryggve Duun

NM junior	Vigrestad IK	Per Mattingsdal Sigvald Monsen Jonas Stavnheim Torbjørn Ødegård Sigve Nedrebø Roy Kenneth Salte Hans Hagenes Aud Marit Osnes Vold Ann Beatrice Høyen Tor Eirik Rasmussen Tor Steinar Herigstad
OL 2012	London, England	Per Mattingsdal
EM Ungdom	Bucuresti, Romania	Steinar Kvame
VM Ungdom	Kosice, Slovakia	Per Mattingsdal
EM U23	Eilat, Israel	Per Mattingsdal
EM Junior	Eilat, Israel	Per Mattingsdal
NM 5-kamp	AK Bjørgvin	Steinar Kvame Reidar C. Johnsen Roald Skjoldheim Tom Carlsen Hans hagenes Camilla Carlsen Jarleif Amdal Per Hordnes Daniel Holstad
Nordisk U23/Senior	Landskrona, Sverige	Per Mattingsdal Torstein Gjervan
Nordisk Ungdom/Junior	Parkano, Finland	Trond Kvilhaug
NM lag	Tambarskjelvar IL	Per Mattingsdal Reidar C. Johnsen Arne Grostad Arne Larsen Jostein Oma Ole Martin Larsen Ove Varlid Ingolf Viken Tore Farsund Borghild Reiakvam Stian Grimseth

Geir Grønnevik  
 Johan Thonerud  
 Håvar Røyseth

### OVERSIKT OVER DOMMEROPPDRAK 2008-2012

Etternavn	Fornavn	Klubb	Grad	2008	2009	2010	2011	2012
Alne	Marie	Tysvær VK	F				1	0
Amdal	Jarleif	Vigrestad IK	F	7	9	7		
Amdal	Jarleif	Tønsberg-Kam.	F				11	6
Andersen	Bernt Petter	Stavanger VK	F				0	4
Andersen	Cato	Tønsberg-Kam.	K	0	0	0	4	3
Apneseth	Yngve	Tambarskjelvar	F		3	3	1	3
Aunhaug	Stig	Trondheim AK	K	1	0	1	0	0
Berg	Espen	Gjøvik AK	K		0	1	1	0
Berge	Ken	Larvik AK	F	0	3	6	6	3
Bergheim	Bjarne	Breimsbygda	K					2
Bergheim	Ola	Breimsbygda	F					2
Bjerke	Terje	Oslo AK	F	3	4	2	1	
Bjerke	Terje	Spydeberg AT	F					0
Bjerkholt	Jarle T.	Larvik AK	F	1	1	1	1	1
Bjerkholt	Roald	Larvik AK	F	2	6	8	11	7
Bjerkholt	Trond Vidar	Larvik AK	F	2	9	1	4	3
Bjordal	Oddbjørn	Dale IL	K	0	1	1	0	0
Bjørnerud	Åge Willy	Gjøvik AK	K	0	0	0	1	0
Bjørnsen	Tore	Stavanger VK	Int. II	3	0	1	1	1
Bjørstad	Vidar	Hitra VK	F	9	4	8	5	4
Bjaaland	Espen	Gjøvik AK	F	1	2	1	5	3
Block	Johnny	Nidelv IL	F	3	1	2	4	7
Carlsen	Camilla	AK Bjørgvin	F	1	4	8	8	3
Carlsen	Tom	AK Bjørgvin	F	6	6	6	4	8
Christensen	Christian	IL Milo	K	2	2	0	0	
Christensen	Christian	AK Bjørgvin	K					1
Dagsland	Linn Therese	Haugesund VK	F				0	2
Dagsland	Per Olav	Haugesund VK	F				1	5
de Lange	Sigurbjørn	Tønsberg-Kam.	Int. II	1	0	2	2	1
Debek	Boguslaw	Oslo AK	Int II	2				
Debek	Boguslaw	Spydeberg AT	F		0	0	0	1
Duun	Tryggve	Trondheim AK	Int. I	7	13	9	12	14
Eide	Thomas	Stavanger VK	F				3	5
Einarsen	Kristian	Larvik AK	F				4	5
Endresen	Paul	Stavanger VK	F				1	2
Engvik	Trond	Nidelv IL	K	2	2	0	0	0
Espenes	Espen	National	F					
Espenes	Espen	Spydeberg AT	F	2	5	4	4	2

Fagerland	Kenneth	Spydeberg AT	K		1	1	0	4
Farmen	Sebastian	Larvik AK	F				6	4
Farmen	Torbjørn	Larvik AK	F				6	6
Farsund	Tom	Førde IL	F	1	1	0	2	3
Farsund	Tore	Tambarskjelvar	F	5	2	5	3	2
Fonnes	Daniel	AK Bjørgvin	F	0	2	0	1	0
Forås	Eskil	Trondheim AK	F	6	5	3	4	1
Fosse	Markus	Trondheim AK	F					1
Frøyd	Jostein	Larvik AK	F				9	22
Gjervan	Torstein	Trondheim AK	Int. II	7	14	4	8	6
Gjøringbø	Tore	Tambarskjelvar	F		1	2	2	1
Grimseth	Stian	Tambarskjelvar	K	2	2	0	1	4
Grostad	Arne	Nidelv IL	Int. II	3	4	8	6	5
Grostad	Janne	Nidelv IL	F	2	2	7	2	2
Grønlien	Lars Thomas	Oslo AK	F	1	4	3	2	0
Grønnevik	Geir	Tambarskjelvar	F	2	5	4	6	7
Grønsdal	Joakim	Flaktveit IK	K				0	4
Gulvik	Terje	Larvik AK	F	1	3	5	6	5
Hagenes	Hans Bjørnar	Vigrestad IK	F	2	2	3	3	2
Halvorsen	Frank Stig	Larvik AK	K	0	5	0	0	0
Hammer	Jan Inge	Tysvær VK	F				2	2
Hammersvik	Jarle	Haugesund VK	K	0	0	2	1	0
Hansen	Vebjørn N.	Tambarskjelvar	K		0	0	0	0
Hanslien	Aksel	Namsos VK	K	0	2	0	0	0
Hatle	Harald M.	Hitra VK	F	1	1	2	0	2
Hatle	Martin	Hitra VK	K	1	0	0	1	0
Haug	Lasse Stefan	Tambarskjelvar	K		0	0	0	0
Heidenberg	Kenneth	Lenja AK	F					
Heidenberg	Kenneth	National	F	1	5	6	2	0
Heier	Joachim	Flaktveit IK	K				2	7
Helgheim	Jonas	Tambarskjelvar	K					0
Helgheim	Jørn	Tambarskjelvar	F					1
Helleren	Kristian	Vigrestad IK	F				2	7
Helleren	Magnar	Vigrestad IK	F	2	1	3	3	0
Hepsø	Leif	Namsos VK	K	0	4	6	10	9
Herikstad	Tor Steinar	Vigrestad IK	F	5	4	6	5	4
Hestnes	Torbjørn	Nidelv IL	F	3	2	4	10	12
Hetland	Ole Morten	Vigrestad IK	F				2	0
Heyn	Margrethe	Larvik AK	F	1	3	1	2	0
Holden	Kjetil	Trondheim AK	F					2
Holmstrøm	Geir Inge	Haugesund VK	K	0	1	0	2	0
Holstad	Daniel	Tambarskjelvar	F		3	2	10	9
Holstad	Stein Inge	Tambarskjelvar	F		2	3	6	5
Holstad	Vemund	Dale IL	K					0
Hordnes	Ove	AK Bjørgvin	F	2	1	2	6	1
Hordnes	Per	AK Bjørgvin	F	4	3	4	5	3
Horsevik	Ole Thomas	Tambarskjelvar	K		2	0	0	0
Hovdum	Ole Marius	National	F	2	7	6	5	6



Høien	Ann Beatrice	Vigrestad IK	F				1	6
Hårsvær	Martin	Nidelv IL	K	0	3	0	0	0
Haakonsen	David	National	K	2	0	0	0	0
Haarvei	Erik	IL Milo	F	2	0	2	1	0
Idsal	Sander G.	Stavanger VK	F				4	3
Iversen	Ragnar	Trondheim AK	K					3
Jahnsen	Lars Vegard	Tønsberg-Kam.	F	1	2	2	1	0
Jensen	Johnny	National	F	3	3	1	4	1
Johannessen	Henrik S.	Larvik AK	F				2	6
Johannessen	Morten	Trondheim AK	F	2	2	7	10	8
Johannessen	Roy W.	Larvik AK	F	1	1	5	2	1
Johansen	Geir	Lenja AK	F	0	2	4	4	3
Johansen	Olav	Gjøvik AK	K	2	0	0	2	4
Johansen	Rune	Lenja AK	K	0	0	2	1	1
Johansen	Willy	Nidelv IL	K	1	0	0	0	0
Johnsen	Bjørn	Nidelv IL	F	11	8	11	12	13
Johnsen	Jørgen	Nidelv IL	F	8	6	8	7	9
Johnsen	Ketil	Trondheim AK	F					4
Johnsen	Nicolas	Trondheim AK	K					2
Johnsen	Reidar C.	AK Bjørgvin	Int. I	4	2	9	12	14
Jordalen	Anja Evelin	AK Bjørgvin	F	2	3	2	1	2
Kafonek	Lubomir	Trondheim AK	K					0
Kasiry	Ruth	Tønsberg-Kam.	F				6	6
Klethagen	Dag Alexander	Gjøvik AK	F		0	2	1	3
Klethagen	Pål Kristian	Gjøvik AK	F	3	3	2	1	1
Klethagen	Tor Kristoffer	Gjøvik AK	F	5	3	1	1	0
Klingenberg	Iver	Nidelv IL	K	1	0	0	2	3
Knudsen	Gunnar	Grenland AK	F	0	4	2	6	4
Kristoffersen	Signe	Stavanger VK	F				0	2
Kvame	Steinar	Tambarskjelvar	Int II	7	6	6	14	12
Kvamstad	Leif Johan	Stavanger VK	F				2	3
Kvatningen	Svein	Namsos VK	K	0	4	4	5	6
Kvilhaug	Trond	Nidelv IL	Int. II	7	12	6	14	10
Kværnø	Bjørn Ivar	Hitra VK	K	4	7	10	9	8
Kværnø	Ivar	Hitra VK	K	3	10	6	7	7
Larsen	Arne	Tambarskjelvar	F	6	8	2	3	9
Larsen	Lucie	AK Bjørgvin	K		3	0	0	0
Larsen	Oddgeir	Flaktveit IK	F				1	10
Larsen	Ole Martin	Tambarskjelvar	F		3	2	1	9
Lian	Andreas	Trondheim AK	K	0	1	2	0	0
Lian	Eskil	Trondheim AK	F	2	7	5	7	14
Lie	Bjørn	Namsos VK	K	1	5	5	7	2
Lilleborgen	Thomas	Lenja AK	K	0	0	1	0	
Lilleborgen	Thomas	National	K					4
Lindanger	Kjetil	Haugesund VK	F	1	0	2	2	0
Ljone	Svein Emil	Tønsberg-Kam.	F	5	5	1	2	0
Lorentsen	Amund	National	F	5	6	1	4	3
Marhaug	Paul	IL Milo	K	0	1	0	0	0

Markeng	Richard Foyn	Tønsberg-Kam.	F	8	10	3	4	2
Marstad	Per	Tønsberg-Kam.	Int. I	10	14	6	14	10
Marstad	Per Arne	Tønsberg-Kam.	K	5	5	3	4	6
Mattingsdal	Per	Vigrestad IK	Int. I	11	18	27	23	20
Meling	Andreas	Stavanger VK	F				6	5
Mellemsæther	Tore	Hitra VK	F	7	6	11	8	6
Meosli	Per Olav	Namsos VK	F	0	3	5	5	7
Moe	Kim Helge B.	Vigrestad IK	F	4	3	5	0	2
Moen	Ingrid	AK Bjørgvin	F		5	4	12	2
Monsen	John Kåre	Stavanger VK	K	2	2	1	0	0
Monsen	Sigvald	Stavanger VK	Int II	6	8	8	7	12
Murberg	Johan Fredrik	Larvik AK	K				4	16
Nedrebø	Sigve	Voll IL	F	4	3	4		
Nedrebø	Sigve	Vigrestad IK	F				6	4
Nordbotten	Lars	Hitra VK	F	1	2	3	1	1
Nordbotten	Odd Helge	Hitra VK	K	1	1	3	2	2
Nystrøm	Jan	Trondheim AK	Int II	3	5	7	10	15
Off	Eyvind J.	Gjøvik AK	F		2	7	6	3
Oma	Jostein	Tambarskjelvar	F		4	5	4	4
Pettersen	Ove Helge	Vigrestad IK	K	1	0	0	1	0
Rasmussen	Elin	Stavanger VK	F	3	4	5	1	1
Rasmussen	Jørn Petter	Stavanger VK	F	4	3	1	1	1
Rasmussen	Rune	Stavanger VK	F	5	3	9	8	10
Rasmussen	Tine	National	K	1	0	0	0	0
Rasmussen	Tor Eirik	Stavanger VK	F	4	4	7	3	6
Reiakvam	Borghild	Tambarskjelvar	F	1	0	3	1	4
Reiakvam	Gunnar	Tambarskjelvar	Int. II	9	7	8	8	0
Robberstad	Øystein	Gjøvik AK	F		0	4	2	5
Roberg	Jon	Tønsberg-Kam.	K	3	0	1	0	0
Rønnevik	Dag	Tysvær VK	F	4	2	3	3	5
Rørvik	Kirsti	Trondheim AK	F	3	3	3	4	2
Røyseth	Håvar	Tambarskjelvar	F	6	4	2	3	6
Røyseth	Odd Gunnar	Tambarskjelvar	F	1	2	2	0	1
Raad	Ole Erik	Trondheim AK	F	3	1	2	10	9
Salte	Roy Kenneth	Vigrestad IK	F	0	1	5	8	1
Sande	Hans	IL Brodd	K					1
Sandvik	Johnny	AK Bjørgvin	Int. II	5	10	9	11	7
Schawland	Christian	Stavanger VK	F				3	1
Schawland	Petter	Stavanger VK	K				0	0
Schawland	Thomas	Stavanger VK	F				2	1
Schjetne	Hallvard	Nidelv IL	Int. II	9	9	11	9	13
Shanks	Kevin	Tambarskjelvar	K	1	0	0	0	0
Skaugerud	Bjørn Gunnar	Gjøvik AK	F	5	7	9	11	6
Skeiseid	Svein	Haugesund VK	Int. II	0	2	2	3	3
Skifjeld	Lars Kåre	Grenland AK	K	0	1	1	0	1
Skjoldheim	Roald	Flaktveit IK	F				0	8
Sletvold	Vegard	Nidelv IL	K	1	1	0	0	0
Smedshammer	Trond Arild	Gjøvik AK	F		2	6	1	0

Sofienlund	Joakim	Gjøvik AK	F	2	5	4	6	2
Solheimsnes	Kristoffer	Gjøvik AK	K	2	0	0	1	1
Solli	Jan Robert	Tønsberg-Kam.	F	4	11	7	6	12
Stavnheim	Jonas	Vigrestad IK	F	12	11	18	11	11
Stein	Mia Othelie	Trondheim AK	K	1	0	0	0	0
Stikholmen	Runar	AK Bjørgvin	K	2	1	8	6	0
Strand	Aksel	Dale IL	K					0
Sunde	Kjell Magne	Stavanger VK	F	4	3	6	7	4
Sæland	Vidar	Vigrestad IK	F	0	1	3	3	3
Sæterdal	Petter N.	AK Bjørgvin	F	4	7	6	6	5
Thonerud	Johan	Spydeberg AT	F	11	10	14	16	13
Thonerud	Kristoffer	Spydeberg AT	F	9	11	9	12	8
Tollefsen	Kim Eirik	Stavanger VK	F	5	9	4		
Tollefsen	Kim Eirik	Tønsberg-Kam.	F				4	1
Trones	Roger	Oslo AK	F	6				
Trones	Roger	Spydeberg AT	F	1	8	9	14	12
Trødal	Sandra	Tambarskjelvar	F					0
Trøan	Jan Egil	Trondheim AK	F					0
Ueland	Frode	Vigrestad IK	K	2	0	0	0	0
Ueland	Jon Peter	Vigrestad IK	F	1	2	0	1	3
Varlid	Ove	Tambarskjelvar	F		2	4	11	13
Varlid	Vebjørn	Tambarskjelvar	F		5	2	6	4
Viken	Ingolf	Dale IL	F	3	1	1	3	5
Vold	Aud M. Osnes	Vigrestad IK	F	3	0	7	2	1
Vold	Håvard	Vigrestad IK	K	3	2	5	3	0
Waksvik	Karl-Magnar	Grenland AK	K	0	1	1	1	1
Walaker	Even H.	Tønsberg-Kam.	F				4	3
Walaker	Siri	Haugesund VK	F				0	2
Wiik	Bjørn Tore	Namsos VK	K	0	4	4	7	9
Winger	Marius	Trondheim AK	F					1
Wisth	Tore	Nidelv IL	F	3	2	6	9	19
Wåsjø	Johanna	Nidelv IL	Int II	3	8	12	4	
Wåsjø	Johanna	Oslo AK	Int II					1
Ødegård	Torbjørn	Vigrestad IK	F	1	4	6	1	2
Aadland	Børge	AK Bjørgvin	F	5	7	4	6	12
Aagesen	Lars Haakon	Namsos VK	K	0	0	0	0	0
Årdal	Jørund	IL Brodd	F					2
Aas	Ole Jakob	National	Int. II	9	12	13	18	14
Aas	Ole Martin	National	K				4	9
Aas	Steinar A.	National	F				5	10
Antall dommeroppdrag totalt				432	575	624	784	835

Forbundsdommere som ikke har vært aktive, dvs. har dømt, vært sekretær eller stevneleder, på stevner på 2 år blir automatisk kretsdommere og må avlegge ny prøve for å bli forbundsdommer igjen. Dersom dommeren ikke har vært aktiv på 5 år mister han/hun også kretsdommergraden. Jfr. Tingvedtak 2003.

Internasjonale dommere som ikke har dømt på 2 år mister sin internasjonale grad.

Oversikt over hvem som har mistet kretsdommergraden eller har blitt nedgradert fra forbunddommer til kretsdommer fra 1.1.2013 på grunn av manglende dommeraktivitet:

Mistet dommergraden			Grad	2008	2009	2010	2011	2012
Lier	Per Andrew	Tønsberg-Kam.	K	0	0	0	0	0
Raad	Torbjørn	Trondheim AK	K	0	0	0	0	0
Nedgradert til kretsdommer								
Aunhaug	Stig	Trondheim AK	K	1	0	1	0	0
Bjordal	Oddbjørn	Dale IL	K	0	1	1	0	0
Lian	Andreas	Trondheim AK	K	0	1	2	0	0
Monsen	John Kåre	Stavanger VK	K	2	2	1	0	0
Roberg	Jon	Tønsberg-Kam.	K	3	0	1	0	0
Schawland	Petter	Stavanger VK	K				0	0

## HEDERSTEGN OG UTMERKELSER

### KONGEPOKAL

Per Hordnes

AK Bjørgvin

### INNSATSPREMIEN (GULLKLOKKA)

Ronny Matnisdal

### KONGEPOKALVINNERE GJENNOM TIDENE

År	Navn	Klubb	Vektklasse	Resultat
1947	Arthur Fjeldberg	AK – 45	56	222,5
1948	Arthur Fjeldberg	AK-45	60	250
1949	Olaf Opperud	Larvik AK	67,5	302,5
1950	Olaf Opperud	Larvik AK	75	320
1951	Thor Olsen	AK – 45	82,5	320
1952	Jørgen Barth Jørgensen	Larvik AK	90	365
1953	Jørgen Barth Jørgensen	Larvik AK	+ 90	370
1954	Thor Olsen	AK – 45	82,5	352,5
1955	Jørgen Barth Jørgensen	Larvik AK	+ 90	390
1956	Jørgen Barth Jørgensen	Larvik AK	+ 90	382,5
1957	Jørgen Barth Jørgensen	Larvik AK	+ 90	387,5
1958	Arne Lanes	Slagen AK	82,5	360
1959	Arne Lanes	Slagen AK	82,5	375
1960	Arne Lanes	Slagen AK	90	395
1961	Arne Lanes	Slagen AK	+ 90	412,5
1962	Aage Sletsjøe	Larvik AK	+ 90	420
1963	Aage Sletsjøe	Larvik AK	+ 90	420
1964	Aage Sletsjøe	Larvik AK	+ 90	425
1965	Kjell Bjørnsen	Stavanger VK	67,5	367,5
1966	Kjell Bjørnsen	Stavanger VK	67,5	365
1967	Tore Bjørnsen	Stavanger VK	67,5	365
1968	Tore Bjørnsen	Stavanger VK	67,5	362,5
1969	Tore Bjørnsen	Stavanger VK	75	430

1970	Eivind Rekustad	Lenja AK	110	490
1971	Leif Jenssen	Lenja AK	75	452,5
1972	Leif Jenssen	Lenja AK	82,5	500
1973	Leif Jenssen	Lenja AK	75	300
1974	Leif Jenssen	Lenja AK	82,5	310
1975	Leif Jenssen	Lenja AK	75	315
1976	Eivind Rekustad	Lenja AK	+ 110	357,5
1977	Eivind Rekustad	Lenja AK	+ 110	355
1978	Gunnar Østby	Kraftsport IL	100	337,5
1979	Tage Knudsen	Oslo AK	+ 110	350
1980	Gunnar Østby	Kraftsport IL	100	347,5
1981	Gunnar Østby	Kraftsport IL	100	347,5
1982	Øystein Holt	Tønsberg – Kam.	100	362,5
1983	Egon Vee Haugen	Grenland AK	90	325
1984	Håkon B. Vindenes	AK Bjørgvin	90	340
1985	Øystein Holt	Tønsberg – Kam.	100	375
1986	Øystein Holt	Tønsberg – Kam.	100	330
1987	Øystein Holt	Tønsberg – Kam.	100	337,5
1988	Øystein Holt	Tønsberg – Kam.	100	362,5
1989	Stig Øvrebø	Tønsberg – Kam.	+ 110	362,5
1990	Atle Rønning	Grenland AK	82,5	312,5
1991	Øystein Holt	Tønsberg – Kam.	100	330
1992	Stig Øvrebø	Tønsberg – Kam.	+ 110	345
1993	Øystein Holt	Tønsberg – Kam.	99	315
1994	Stig Øvrebø	Tønsberg – Kam.	+ 108	355
1995	Stian Grimseth	Tambarskjelvar IL	+ 108	367,5
1996	Stian Grimseth	Tambarskjelvar IL	+ 108	392,5
1997	Stian Grimseth	Tambarskjelvar IL	+ 108	410
1998	Stian Grimseth	Tambarskjelvar IL	+ 105	395
1999	Stian Grimseth	Tambarskjelvar IL	+ 105	365
2000	Stian Grimseth	Tambarskjelvar IL	+ 105	405
2001	Stian Grimseth	Tambarskjelvar IL	+ 105	350
2002	Stian Grimseth	Tambarskjelvar IL	+ 105	395
2003	Stian Grimseth	Tambarskjelvar IL	+ 105	375
2004	Stian Grimseth	Tambarskjelvar IL	+ 105	395
2005	Geir Grønnevik	Tambarskjelvar IL	105	345
2006	Per Hordnes	AK Bjørgvin	105	339
2007	Per Hordnes	AK Bjørgvin	94	310
2008	Per Hordnes	AK Bjørgvin	94	328
2009	Per Hordnes	AK Bjørgvin	94	328
2010	Per Hordnes	AK Bjørgvin	94	330
2010	Ruth Kasirye	Tønsberg-Kam.	69	227
2011	Per Hordnes	AK Bjørgvin	94	325
2011	Ruth Kasirye	Tønsberg-Kam.	69	223
2012	Per Hordnes	AK Bjørgvin	94	317

**AVLAGTE PRØVER TIL VEKTLØFTERSTATUETTEN PR 31.12.12**

Andersen Roy J.	Tønsberg-Kameratene	4	ganger
Bakke Ole Jørgen	Larvik AK	1	”
Bergmann Richard	Nidelv IL	9	”
Bjerkholt Kolbjørn	Larvik AK	1	”
Block Jan Erik	Nidelv IL	2	”
Block Jonny	Nidelv IL	5	”
Engvik Kjell Roger	Nidelv IL	4	”
Evjen John Ivar	Orkanger IF	3	”
Eide Magnus	Stavanger VK	3	”
Gjervan, Torstein	Trondheim AK	3	”
Gullachsen, Robert	AK Bjørgvin	4	”
Haarvei Erik	IL Milo	3	”
Jensen Erland	O.P.I.L.	2	”
Johnsen Bjørn	Nidelv IL	7	”
Kalvaa Kjell	Trondheim AK	3	”
Lande Jan Leif	Kristiansand AK	4	”
Larsen Ole Kristian	Larvik AK	3	”
Natvig Edvard	Stavanger VK	2	”
Nordby Tom	Gjøvik AK	2	”
Nordeide Rolf	IL Milo	2	”
Nystrøm Johan	Trondheim AK	1	”
Nystøl Arne	Kristiansand AK	1	”
Pedersen Arild	Larvik AK	1	”
Rasmussen Rune	Stavanger VK	2	”
Rasmussen Rune I.	Stavanger VK	7	”
Refsdal Roy	Larvik AK	3	”
Rosvold Roy	Nidelv IL	1	”
Rørvig Audun	Tysvær VK	2	”
Sagmyr Kåre	Nidelv IL	2	”
Sandvik Jan Leo	Nidelv IL	7	”
Stenkløv Jon	Nidelv IL	1	”
Sæland Vidar	Vigrestad IK	8	”
Toft Torvald	IL Milo	2	”
Welde Gunnar	Nidelv IL	1	”
Wisth Tore	Nidelv IL	9	”
Øvrebø Stig	Gjøvik AK	4	”
Østnes Roy	IL Kraftsport	4	”

**FØLGENDE HAR MOTTATT VEKTLØFTERSTATUETTEN**

Navn	Klubb	År	Statuett nr
Emil Marhaug	IL Milo	1991	1
Per Marstad	Tønsberg-Kameratene	1991	2
Egil Nygaard	Greipstad IL	1991	3
Jan Nystrøm	Trondheim AK	1991	4
Sigvald Monsen	Stavanger VK	1991	5
Tore Bjørnsen	Stavanger VK	1991	6
Robert William Grødem	Stavanger VK	1991	7

Ivar Kværnø	Hitra VK	1991	8
Nils Gudbrand Berglund	Gjøvik AK	1991	9
Per Mattingsdal	Vigrestad IK	1991	10
Johannes Stølsvik	Stegaberg IL	1991	11
Sigurbjørn de Lange	Tønsberg-Kameratene	1991	12
Harald Olsen	Trondheim AK	1991	13
Magnus Hægland	IL Milo	1991	14
Nils Arne Leikvoll	Stavanger VK	1991	15
Arne Grostad	Nidelv IL	1992	16
Torbjørn Hestnes	Nidelv IL	1992	17
Birger Freddy Aarthun	Stavanger VK	1992	18
Frode Edvardsen	AK Bjørgvin	1992	19
Johnny Sandvik	AK Bjørgvin	1992	20
Aage Mølsted	Oslo Politis IL	1993	21
Jostein Myrvang	Larvik AK	1994	22
Jan Erik Paulsen	Gjøvik AK	1994	23
Bjørn Vidar Rasmussen	T&IL National	1994	24
Knut Terje Verklund	Trondheim AK	1994	25
Reidar Vårvik	Trondheim AK	1995	26
Tor Magnussen	IL Kraftsport	1995	27
Thor Inge Myklebust	Trondheim AK	1995	28
Thor Underhaug	Tønsberg-Kameratene	1995	29
Bjørn Arild Pettersson	Gjøvik AK	1996	30
Rune Andersen	Gjøvik AK	1997	31
Jan Egil Trøan	Trondheim AK	1997	32
Stig Thanke Aspli	Trondheim AK	1997	33
Aksel Haugseth	IL Kraftsport	1998	34
Lars Kåre Skifjeld	Grenland AK	1999	35
Roald Bjerkholt	Larvik AK	1999	36
Johan Thonerud	T&IL National	2000	37
Jonnar Antonsen	T&IL National	2001	38
Petter Sæterdal	IL Milo	2003	39
Ole Jakob Aas	T&IL National	2003	40
Terje Gulvik	Larvik AK	2004	41
Eskil Lian	Trondheim AK	2005	42
Trond Kvilhaug	Nidelv IL	2006	43
Per Nordstrand	Nidelv IL	2006	44
Tom Carlsen	AK Bjørgvin	2007	45
Terje Bjerke	T&IL National	2008	46
Willy Johansen	Nidelv IL	2008	47
Tormod Jensen	Larvik AK	2009	48
Lars Thomas Grønlien	Oslo AK	2010	49
Gunnar Reiakvam	Tambarskjelvar IL	2010	50

**INNEHAVERE AV NVFs VEKTLØFTERPLAKETT I BRONSE**

<b>Navn</b>	<b>Klubb</b>	<b>Mottatt</b>	<b>Plakett nr</b>
Jan Nystrøm	Trondheim AK	1999	1
Per Marstad	Tønsberg-Kameratene	1999	2
Harald Olsen	Trondheim AK	1999	3
Sigvald Monsen	Stavanger VK	1999	4

Torbjørn Hestnes	Nidelv IL	1999	5
Bjørn Vidar Rasmussen	T&IL National	2000	6
Johan Thonerud	T&IL National	2004	7
Trond Kvilhaug	Nidelv IL	2006	8
Roald Bjerkholt	Larvik AK	2007	9
Tormod Jensen	Larvik AK	2010	10

#### **INNEHAVERE AV NVFs VEKTLØFTERPLAKETT I SØLV**

Jan Nystrøm	Trondheim AK	2000	1
Harald Olsen	Trondheim AK	2000	2
Sigvald Monsen	Stavanger VK	2004	3
Per Marstad	Tønsberg-Kameratene	2004	4
Johan Thonerud	T&IL National	2009	5
Torbjørn Hestnes	Nidelv IL	2009	6
Trond Kvilhaug	Nidelv IL	2010	7

#### **INNEHAVERE AV NVFs VEKTLØFTERPLAKETT I GULL**

Harald Olsen	Trondheim AK	2003	1
Jan Nystrøm	Trondheim AK	2004	2
Per Marstad	Tønsberg-Kameratene	2008	3
Sigvald Monsen	Stavanger VK	2008	4
Torbjørn Hestnes	Nidelv IL	2012	5

#### **INNEHAVERE AV NVF'S HEDERSTEGN**

Kielland, Johan Fr.	Oslo Politis IL.	1962
Alfheim, Sverre	AK Bjørgvin	1966
Haugseth, Aksel	Oslo AK	1966
Jacobsen, Oscar	Larvik AK	1966
Nilsen, Torbjørn	Larvik AK	1966
Sletsjøe, Karl (post mortem)	Larvik AK	1966
Stangeland, Palmer	IL Viking	1966
Veum, Bjørn A.	A.K. 45	1966
Mjell, Henry	IL Milo	1968
Torgersen, Trygve	IL Milo	1968
Hoff Leirvik, Gunnar	Trondheim AK	1970
Torgersen, Sigurd	AK Bjørgvin	1970
Moberg, Kjell W.	IL Milo	1976
Schjetne Hallvard	Nidelv IL	1978
Hægland, Magnus	IL Milo	1981
Mølsted, Aage	Oslo Politis IL	1982
Ree, Terje	Voll IL	1982
Mattingsdal, Per	Vigrestad IK	1985
Marstad, Per	Tønsberg-Kameratene	1989
de Lange, Sigurbjørn	Tønsberg-Kameratene	1993
Berglund, Nils Gudbrand	Gjøvik AK	1993
Rolf Nordeide	IL Milo	1996
Roald Bjerkholt	Larvik AK	1996
Karl Johan Førland	Stavanger VK	1998
Johnny Sandvik	AK Bjørgvin	1999



Johannes Stølsvik	Tysvær VK	1999
Tryggve Duun	Trondheim AK	2002
Svein Skeiseid	Haugesund VK	2003
Arne Grostad	Nidelv IL	2004
Jan Nystrøm	Trondheim AK	2005
Ivar Kværnø	Hitra VK	2006
Johan Thonerud	Turn & IL National	2006
Ole Jacob Aas	Turn & IL National	2009
Gunnar Reiakvam	Tambarskjelvar IL	2009
Katarina S. Hoff	Trondheim AK	2011
Trond Kvilhaug	Nidelv IL	2012

#### **INNEHAVERE AV NVF'S TILLITSMANNSNÅL**

Ivar Kværnø	Hitra VK	2007
Bjørn Gunnar Skaugerud	Gjøvik AK	2007
Eskil Lian	Trondheim AK	2007
Harald Olsen	Trondheim AK	2007
Jan Nystrøm	Trondheim AK	2007
Johnny Sandvik	AK Bjørgvin	2007
Lars Kåre Skifjeld	Grenland AK	2007
Nils G. Berglund	Gjøvik AK	2007
Ole Jakob Aas	Turn & IL National	2007
Sigurbjørn de Lange	Tønsberg-Kameratene	2007
Per Marstad	Tønsberg-Kameratene	2007
Per Mattingsdal	Vigrestad IK	2007
Torbjørn Ødegård	Vigrestad IK	2007
Roald Bjerkholt	Larvik AK	2007
Hallvard Schjetne	Nidelv IL	2007
Sigvald Monsen	Stavanger VK	2007
Tore Bjørnsen	Stavanger VK	2007
Ove Varlid	Tambarskjelvar IL	2008
Gunnar Reiakvam	Tambarskjelvar IL	2008
Trond Kvilhaug	Nidelv IL	2008
Ole Erik Raad	Trondheim Ak	2008
Svein Skeiseid	Tysvær VK	2008
Tryggve Duun	Trondheim AK	2008
Jan Erik Block	Nidelv IL	2008
Bjørn Lie	Namsos VK	2011
Kjetil Johnsen	Trondheim AK	2011

#### **IWF AWARD OF MERIT**

Johan Fr. Kielland	OPIL	1996
Gunnar Hoff Leirvik	Trondheim AK	1996
Kjell W. Moberg	Åsane VK	1996
Per Marstad	Tønsberg-Kameratene	1996
Aksel Haugseth	IL Kraftsport	1996
Palmer Stangeland	Stavanger VK	1996
Per Mattingsdal	Vigrestad IK	2006
Sigurbjørn de Lange	Tønsberg-Kameratene	2006

Tryggve Duun	Trondheim AK	2006
Gunnar Reiakvam	Tambarskjelvar IL	2006

**IWF NATIONAL AWARD I GULL**

Katarina S. Hoff	Trondheim AK	2006
Bjørn Gunnar Skaugerud	Gjøvik AK	2006

**IWF NATIONAL AWARD I SØLV**

Tom Farsund	Førde IL	2006
Jan Robert Solli	Tønsberg-Kameratene	2006
Karl Johan Førland	Stavanger VK	2006
Torbjørn Ødegård	Vigrestad IK	2006

**NORDISKA TYNGDLYFTNINGSFÖRBUNDETS HEDERSTEGN**

Johan Fr. Kielland	O.P.I.L.	1961
Karl Slettsjø	Larvik AK	1961
Aksel Haugseth	Oslo AK	1966
Gunnar Hoff-Leirvik	Trondheim AK	1967
Palmer Stangeland	IL Viking	1973
Oscar Jacobsen	Larvik AK	1973
Kjell W. Moberg	IL Milo	1978
Hallvard Schjetne	Nidelv IL	1979
Terje Ree	Voll IL	1981
Per Marstad	Tønsberg-Kameratene	1985
Aage Mølstad	O.P.I.L.	1985
Nils G. Berglund	Gjøvik AK	1991
Per Mattingsdal	Vigrestad IK	1991
Sigurbjørn de Lange	Tønsberg-Kameratene	2001
Tryggve Duun	Trondheim AK	2001

**NTF'S HEDERSTEGN – MED KRANS**

Per Marstad	Tønsberg-Kameratene	1997
Tryggve Duun	Trondheim AK	2004

**INNEHAVERE AV NORGES IDRETTSFORBUNDS HEDERSTEGN**

Karl Slettsjø	Larvik AK	1956
Johan Fr. Kielland	OPIL	1963
Gunnar Hoff Leirvik	Trondheim AK	1970
Kjell W. Moberg	IL Milo	1974
Terje Ree	Voll IL	1981
Per Marstad	Tønsberg-Kameratene	1993
Tryggve Duun	Trondheim AK	2005

**MEDALJER VUNNET I OL / VM OG EM AV NORSKE LØFTERE****EM Senior:**

År	Sted	Løfter	Klasse	Øvelse	Res	Medalje
1969	Warzawa	Leif Jenssen	75 kg	Press	142,5 kg	Bronse
1969	Warzawa	Eivind Rekustad	110 kg	Press	175 kg	Sølv
1972	Konstanza	Leif Jenssen	82,5 kg	Press	170 kg	Sølv

1972	Konstanza	Leif jenssen	82,5 kg	Rykk	150 kg	Sølv
1972	Konstanza	Leif Jenssen	82,5 kg	Støt	185 kg	Sølv
1972	Konstanza	Leif Jenssen	82,5 kg	Smnl.	505 kg	Sølv
1973	Madrid	Leif Jenssen	75 kg	Rykk	147,5 kg	Gull
1989	Manchester	Ann Beatrice Høien	75 kg	Rykk	75 kg	Bronse
1996	Stavanger	Stian Grimseth	+108 kg	Rykk	182,5 kg	Gull
1997	Rijeka	Stian Grimseth	+108 kg	Rykk	190 kg	Gull
1997	Rijeka	Stian Grimseth	+108 kg	Smnl.	405 kg	Bronse
1999	La Coruna	Katarina Sederholm	+75 kg	Støt	127,5 kg	Bronse
2007	Strasbourg	Ruth Kasirye	58 kg	Støt	117 kg	Bronse
2007	Strasbourg	Ruth Kasirye	58 kg	Smnl.	210 kg	Sølv
2008	Lignano	Ruth Kasirye	63 kg	Rykk	101 kg	Bronse
2009	Bucharest	Ruth Kasirye	63 kg	Rykk	107 kg	Sølv
2009	Bucharest	Ruth Kasirye	63 kg	Smnl.	231 kg	Sølv

**VM Senior:**

1969	Warzawa	Leif Jenssen	75 kg	Press	142,5 kg	Bronse
1969	Warzawa	Eivind Rekustad	110 kg	Press	175 kg	Bronse
1970	Columbus	Leif Jenssen	75 kg	Rykk	142,5 kg	Sølv
1970	Columbus	Leif Jenssen	75 kg	Smnl.	455 kg	Sølv
1971	Lima	Leif Jenssen	75 kg	Rykk	142,5 kg	Gull
1971	Lima	Leif Jenssen	75 kg	Smnl.	467,5 kg	Sølv
1972	Munchen	Leif Jenssen	82,5 kg	Press	172,5 kg	Gull
1972	Munchen	Leif Jenssen	82,5 kg	Rykk	150 kg	Gull
1972	Munchen	Leif Jenssen	82,5 kg	Støt	185 kg	Bronse
1972	Munchen	Leif Jenssen	82,5 kg	Smnl.	507,5 kg	Gull
1973	Havana	Leif Jenssen	82,5 kg	Rykk	160 kg	Gull
1974	Manaila	Leif Jenssen	82,5 kg	Rykk	155 kg	Bronse
1974	Manila	Leif Jenssen	82,5 kg	Støt	195 kg	Sølv
1974	Manila	Leif Jenssen	82,5 kg	Smnl.	350 kg	Sølv

**Olympiske leker:**

1972	Munchen	Leif Jenssen	82,5 kg	Smnl.	507,5 kg	Gull
------	---------	--------------	---------	-------	----------	------

**EM Junior:**

1979	Debrecen	Tage Knudsen	+110 kg	Rykk	150 kg	Sølv
1979	Debrecen	Tage Knudsen	+110 kg	Støt	190 kg	Bronse
1979	Debrecen	Tage Knudsen	+110 kg	Smnl.	340 kg	Bronse

**VM Junior:**

1979	Debrecen	Tage Knudsen	+110 kg	Rykk	150 kg	Bronse
------	----------	--------------	---------	------	--------	--------

## **FORSLAG TIL FORBUNDSTINGET**

### **ENDRINGSFORSLAG TIL LOV FOR NORGES VEKTLØFTERFORBUND OG NVFS TEKNISKE REGLEMENT - SÆRNORSKE BESTEMMELSER**

#### **1. AK Bjørgvin**

Forslag vedrørende lagserien og NM Lag

AKB foreslår at personer som ikke er norske statsborgere, men som har bopel i Norge kan delta i lagserien alle kategorier og bli norsk mester for lag.

Begrunnelse:

Henviser til andre nasjoner som tillater utenlandske utøvere til å delta i den nasjonale lagserien. Gjelder stort sett all lagidrett (fotball, håndball, basket, m.m.) hvor utøvere med utenlandsk statsborgerskap kan være med på lag og bli norske mestre så sant de har gyldig oppholdstillatelse. Gjeldene denne sesongen 2013.

Forbundsstyrets kommentar:

Styret er enig i intensjonen i forslaget, men vil fremme følgende forslag:

Personer som ikke er norske statsborgere, men som har fast bopel i Norge, kan delta i lagserien alle kategorier og bli norsk mester for lag, forutsatt at de har deltatt i minst to serieomganger for aktuelt lag.

Begrunnelse: Det må stilles krav om fast bopel i Norge for å sikre at oppholdet er varig. Det er nødvendig med deltakelse i lagserien for å delta i NM for Lag.

Endringsforslaget omhandler § 28 i lov for NVF og § 27 pkt. 1, j) og pkt. 2, l) i Teknisk reglement.

### **ENDRINGFORSLAG TIL NVFS TEKNISKE REGLEMENT - SÆRNORSKE BESTEMMELSER**

#### **1. AK Bjørgvin**

Forslag Krav NM senior kvinner.

AKB foreslår at kravet for å delta på NM senior kvinner høynes fra bronse til sølvmerket.

Begrunnelse

Kravet er for lavt. Det skal stort sett ikke mer til enn et par treninger så er bronsemerket innfridd. Ser blant annet at kvinner som kommer fra CrossFit miljøet og trener vektløfting noen uker klarer greit bronsemerket. Dette blir helt feil i forhold til mennenes krav. Gjelder fra kvalifiseringsperioden for NM Senior 2014.

Forbundsstyrets kommentar:

Styret støtter ikke forslaget, og fremmer følgende motforslag:

Kravet til bronsemerket for kvinner heves med 2 kg for de letteste klassene (48 kg – 63 kg) og 4 kg for de tyngste klassene (69 kg - +75 kg). Krav for å delta på NM Senior for kvinner er fremdeles bronsemerket.

Begrunnelse: Det er stor forskjell mellom kravene til bronsemerket og sølvmerket. Ved å heve kravet til bronsemerket som vist vil vi fremdeles ha mange kvinner som kvalifiserer seg til NM Senior.

Endringsforslaget omhandler § 21, pkt. 3.

## **2. AK Bjørgvin**

Forslag kvalifiseringsperioden til internasjonale mesterskap (EM og VM)

AK Bjørgvin foreslår etter innspill fra utøvere at kvalifikasjonskravene og innfrielse av disse til internasjonale mesterskap settes til 6 mnd før mesterskapet. Det betyr at en utøver som klarer kravet 6 mnd før mesterskapet er kvalifisert. Gjelder alle kategorier EM og VM samt andre mesterskap som har poengkrav.

Begrunnelse

Det vil gi utøverne bedre tid til å forberede seg til mesterskapet og planlegge formtopp. Som en sikkerhet bør sportssjefen følge opp de som er kvalifisert med jevnlig kontakt for å forsikre seg om at treningsplaner følges. Ved tvilstilfeller der utøveren er blitt skadet eller av andre årsaker ikke har fått trent etter klart kvalifiseringskrav bør det kreves et teststevne eller andre garantier for å bekrefte form.

Forbundsstyrets kommentar:

Styret støtter forslaget og begrunnelsen fra AK Bjørgvin.

Endringsforslaget omhandler § 17, pkt. 2.

## **3. Forbundsstyret**

Medaljerekkefølge for veteraner

Styret foreslår at det tildeles medaljer innen hver alderskategori (M1 osv, K1 osv) basert på veteranpoeng (gitt av Sinclair og Meltzer-Malone). Det betyr at de tre beste i M1, der alle vektklasser teller med, får gull, sølv og bronse. Tilsvarende blir det for de andre kategoriene.

Begrunnelse:

Slik det er nå, blir nesten alle som stiller i NM veteran norske veteranmestere i sin vekt- og alderskategori. Styret ønsker konkurranse om de forskjellige medaljene, og dermed vil verdien og prestisjen med medaljene bli mye større.

Endringsforslaget omhandler § 21, pkt. 8 og § 22, pkt. 2.

## **4. Forbundsstyret**

Kvinne som deltar på herrelag i NM Lag og Norges Cupen

Kvinne som deltar på herrelag i NM lag får kvinnepoeng i Norges Cupen for kvinner med samme resultat.

Begrunnelse:

Dette er en presisering av gjeldende praksis.

Endringsforslaget omhandler § 27, pkt. 2, ny bokstav.

### **5. Forbundsstyret**

Kvalifiseringsperiode for NM

Dersom det er satt kvalifiseringskrav for deltakelse i NM gjelder kvalifiseringen fra og med forrige NM til og med påmeldingsfristen for aktuelt NM.

Begrunnelse

Dette er en presisering, som vil dekke alle NM med kvalifiseringskrav. I nåværende reglement står det 31. januar, som er påmeldingsfristen bare for NM Senior.

Endringsforslaget omhandler § 21, pkt. 5.

## ARRANGØRER AV NORSKE MESTERSKAP

År	NM Senior	NM Junior	NM-B/Vet.	NM Lag	NM Ungd.	NM 5-kamp
1939	Drammen AK					
1940	Oslo AK					
1946	Larvik AK	Oslo AK				
1947	AK 45	Larvik AK				
1948	Oslo AK	IL Viking				
1949	Larvik AK	Aktiv Atlet				
1950	Oslo AK	Kongsb. AK				
1951	OPIL	Trolla IL				
1952	SP. 09	AK Bjørgvin				
1953	AK 45	Oslo AK				
1954	Larvik AK	AK 45				
1955	Oslo AK	Larvik AK				
1956	Drammen AK	OPIL				
1957	IL Viking	AK Bjørgvin				
1958	Slagen AK	AK 45				
1959	AK 45	Sp. 09				
1960	Oslo AK	IL Viking				
1961	AK Bjørgvin	Larvik AK				
1962	Oslo/NVF	Namsos VK				
1963	Larvik AK	IL Milo				
1964	Trondh. KK	NLHI				
1965	IL Viking	Slagen AK/ Meråker AK				
1966	Namsos VK	Hannevika IL/ Gjøvik AK				
1967	Oslo AK	Rossabø UL				
1968	IL Milo/ Larvik AK	Oslo VK/ Rogaland VK				
1969	Grenland AK	Gjøvik AK				
1970	Rogaland VK	Kraftsport IL				
1971	Oslo AK	Larvik AK				
1972	Lenja AK	Rogaland VK				
1973	Gjøvik AK	Kraftsport IL	IL Milo			
1974	Kr.sand AK	AK Bjørgvin	Hordal. VK			
1975	Trondh. AK	T&IL National	Kr.sand AK	AK Bjørgvin		
1976	Lenja AK	Kr.sand AK	Brum.dal AK	Oslo AK		
1977	Florø T&IL	IL Milo	Voll IL	Grenland AK		
1978	T&IL National	Larvik AK	Trondh. AK	T&IL National		
1979	IL Viking	Gjøvik AK	Tønsb.-Kam.	Stavanger VK		
1980	Nidelv IL	Voll IL	Tønsb.-Kam.	T&IL National	T&IL National	
1981	Vigrestad IK	Stavanger VK	Hordal. VK	Nidelv IL		
1982	Grenland AK	Kragerø AK	Stavanger VK	Tønsb.-Kam.	Gjøvik AK	
1983	Stavanger VK	Trondh. AK	IL Kraftsport	T&IL National	Førde IL	
1984	Rjukan IL	Grenland AK	Gjøvik AK	AK Bjørgvin	Voll IL	
1985	Trondh. AK	S&F VK	Tønsb.-Kam.	Vigrestad IK	Førde IL	
1986	AK Bjørgvin	Vigrestad IK	Gjøvik AK	Stavanger VK	Larvik AK	
1987	Stegaberg IL	Larvik AK	Oslo VK	Nidelv IL	IL Milo	
1988	Nidelv IL	Vigrestad IK	Stavanger VK	Grenland AK	IL Kraftsport	
1989	Førde IL	Il Milo	Il Kraftsport	Grenland AK	Vigrestad IK	
1990	Rjukan IL	Stavanger VK	Kr.sand AK	Vigrestad IK	Nidelv IL	
1991	Larvik AK	Stegaberg IL	AK Bjørgvin	Tønsb.-Kam.	Hitra VK	

1992	Tønsb.-Kam.	IL Milo	Trondh. AK	Vigrestad IK	Orkanger IF	
1993	Nidelv IL	Grenland AK	Tønsb.-kam.	Tysvær VK	Vigrestad IK	
1994	IL Milo	Vigrestad IK	Kr.sand AK	T&IL National	Tønsb.-kam	
1995	Vigrestad IK	Nidelv IL	Tønsb.-Kam.	Tambar. IL	AK Bjørgvin	
1996	IL Milo	Gjøvik AK	Stavanger VK	Tambar. IL	Larvik AK	
1997	Tysvær VK	Vigrestad IK	Tønsb.-Kam.	Vigrestad IK	IL Milo	
1998	Larvik AK	Nidelv IL	Stavanger VK	Nidelv IL	AK Bjørgvin	
1999	Vigrestad IK	Tønsb.-Kam.	Vigrestad IK	Tønsb.-Kam.	Stavanger VK	
2000	Førde IL	AK Bjørgvin	Førde IL	Tønsb.-Kam.	Voll IL	
2001	Vigrestad IK	Tysvær VK	Vigrestad IK	Tambar. IL	Gjøvik AK	
2002	Trondh. AK	T&IL National	Trondh. AK	T&IL National	Vigrestad IK	Tønsb.-Kam.
2003	Vigrestad IK	Trondh. AK	Vigrestad IK	Tønsb.-Kam.	Tambar. IL	AK Bjørgvin
2004	Trondh. AK	T&IL National	Trondh. AK	Tambaar. IL	Vigrestad IK	Vigrestad IK
2005	T&IL National	Tønsb.-Kam.	T&IL National	Vigrestad IK	Larvik AK	Vigrestad IK
2006	Tambar. IL	Vigrestad IK	Tambar. IL	Tønsb.-Kam.	SVK/Voll IL	Gjøvik AK
2007	Tønsb.-Kam.	Tambar. IL	Tønsb.-Kam.	Vigrestad IK	Hitra VK	Tønsb.-Kam.
2008	Vigrestad IK	Tønsb.-Kam.	Vigrestad IK	Tambar. IL	Stavanger VK	Stavanger VK
2009	Spydeberg AT	Tønsb.-Kam.	Spydeberg AT	Tambar. IL	Vigrestad IK	AK Bjørgvin
2010	Trondh. AK	Tønsb.-Kam.	Trondh. AK	Vigrestad IK	Stavanger VK	Vigrestad IK
2011	AK Bjørgvin	Tambar. IL	AK Bjørgvin	Tønsb.-Kam.	Hitra VK	Breimsb. IL
2012	Tambar. IL	Vigrestad IK	Tambar. IL	Tambar. IL	Tysvær VK	AK Bjørgvin



## RESULTATREGNSKAP 2012

KtoNr	KontoNavn	KontoSum	Regn.lfjor
	DriftsInntekter		
3110	avgifffritt salg	54 700,00	66 411,90
3112	avgifffritt merkesalg	3 375,00	2 325,00
3113	statuettsalg avg.fritt	0,00	1 000,00
3121	Eleiko provisjon	23 100,43	0,00
3440	rammetilskudd NIF	2 094 018,00	1 691 126,00
3441	ANDRE TILSKUDD NIF	35 500,00	2 473,00
3442	Øremerkede tilskudd fra NIF	361 250,00	426 000,00
3443	Tilskudd fra Olympiatoppen	0,00	305 000,00
3444	OLT stipend	70 000,00	70 000,00
3445	NIF momskompensasjon	97 636,00	96 236,00
3450	VO tilskudd	21 825,00	35 775,00
3930	Startlisenser	61 750,00	56 400,00
3931	Kontigenter lagserien	15 500,00	13 500,00
3932	Kontigenter 5-kampserien	4 250,00	2 500,00
3970	Egenandeler reiseutgifter	68 392,50	67 150,00
3990	Diverse inntekter	17 300,00	3 580,00
	Sum DriftsInntekter	<u>2 928 596,93</u>	<u>2 839 476,90</u>
	DriftsKostnader		
4220	Ruth stipend	-35 000,00	0,00
4240	Varekjøp	-131 247,38	-92 258,65
4241	Varekjøp ikke salg	-10 426,00	-49 375,00
5000	Lønn/honorarer	-10 881,55	-13 372,06
5001	Lønn sekretær og sportssjef	-332 516,79	-375 495,86
5006	innberetning Ruth husleie	-36 000,00	-53 400,00
5008	Avsatte feriepengar NIF	0,00	-44 140,00
5180	Feriepenger	-46 975,08	-52 045,26
5182	Arbeidsgiveravgift feriepengar	-5 568,31	-7 338,37
5401	Arb. giver avgift	-54 550,43	-61 863,00
6440	Leie av bil	-19 273,61	-15 166,06
6451	lisenser IT programmer	-1 390,00	-1 650,00
6541	Kontormaskiner/utstyr	-54 543,50	-32 693,00
6620	reparasjon/vedlikehold av utstyr	0,00	-5 310,00
6700	revisjonshonorarer/lønn NIF/ regnskap	-38 750,00	-38 000,00
6780	selvstendig næringsdrivende	-13 390,40	-250,00
6800	Kontorrekvisita	-13 960,55	-18 173,35
6820	Nytt fra NVF	-45 518,45	-39 505,72
6821	Årsberetningen	-8 169,00	-11 102,10
6860	Møter/kurs/oppdatering	-13 396,00	-77 404,80
6900	Telefon, mobiltf, fax	-19 898,41	-21 239,80
6920	Internett	-46 579,37	-32 772,26
6930	oppgradering av hjemmeside	0,00	-70 750,00
6940	Porto NVF	-9 532,25	-12 278,47
7141	Fly	-704 255,99	-506 690,83
7143	tog	-3 509,86	-1 801,00
7144	hotell	-185 549,51	-268 785,08
7145	Andre reisekostnader/km/mm.	-248 072,30	-165 679,08
7146	Landslagstrener kjøring	0,00	-30,00
7162	Beverting	-11 958,54	-75 833,36
7165	Startsgebyrer utlandet	-114 899,82	-236 870,81
7410	Medlemskontigenter Internasjonelle forbund	-62 964,11	-10 893,50
7420	Gaver/Premier	-37 715,90	-50 729,20

7425	Årets klubb	-9 000,00	0,00
7430	Norges Cup	-59 152,00	0,00
7453	tilskudd særkretser	-3 150,00	-3 500,00
7455	Tilskudd løfteskoler/årets klubb	-152 646,00	-101 223,00
7530	div. forsikringer	-14 786,00	-15 643,00
7770	bank-og kort gebyrer	0,00	-2,50
7790	Diverse driftsutgifter	-51 289,29	-63 727,40
7791	Diverse toppidrett prosjekt kostnader	-176 154,29	-210 782,90
7830	Tap på fordringer	-10 370,25	-12 459,92
	Sum DriftsKostnader	<b>-2 793 304,94</b>	<b>-2 850 235,34</b>

**DRIFTSRESULTAT** **135 555,99** **-10 758,44**

## Finansposter

8040	Renteinntekter	32 575,00	35 892,00
8160	agiotap	-75,00	0,00
8401	Korreksjon arbeidsgiveravgift	1,84	-31 846,00
8402	korreksjon feriepenger	0,00	30 426,92
8403	korreksjon lønn	0,00	-30 426,92
	Sum Finansposter	<b><u>32 501,84</u></b>	<b><u>4 046,00</u></b>

**RESULTAT FØR SKATTER** **168 057,83** **-6 712,44**

## Årsoppgjørs disp, skatt

Sum Årsoppgjørs disp, skatt **0,00** **0,00**

**ÅRSRESULTAT** **168 057,83** **-6 712,44**

**BALANSE 2012**

KtoNr	KontoNavn	KontoSum	Regn.Ifjor
-------	-----------	----------	------------

**EIENDELER**

## Omløpsmidler

1460	varer på lager	210 860,00	227 685,00
1513	debitorer	104 118,36	53 982,36
1720	Påløpte inntekter	0,30	0,30
1820	aksjer i norsk idrett	1,00	1,00
1821	oseberg	48 507,90	48 507,90
1900	Kontanter	27 019,69	35 703,21
1921	Handelsbanken	364 557,70	48 349,61
1940	sparekonto	397 834,97	538 651,97
1950	skattetrekkskonto	137 883,37	131 272,97
	Sum Omløpsmidler	<b><u>1 290 783,29</u></b>	<b><u>1 084 154,32</u></b>

**SUM EIENDELER** **1 290 783,29** **1 084 154,32**

**EGENKAPITAL OG GJELD**

## Egenkapital

2000	Innskutt egenkapital	990 152,21	990 152,21
2099	Årsresultat (Opptjent egenkapital)	169 528,83	0,00
	Sum Egenkapital	<b><u>1 159 681,04</u></b>	<b><u>990 152,21</u></b>

## Kortsiktig Gjeld

2600	skyldig skattetrekk	15 441,40	17 047,00
2770	skyldig arb.giver avgift	15 172,64	17 987,84
2940	skyldige feriepengar	43 975,07	52 045,19
2941	Arbeidsgiver avgift.av feriepengar	1 633,64	2 771,54
2960	leverandør gjeld	54 879,50	4 150,54
	Sum Kortsiktig Gjeld	<u>131 102,25</u>	<u>94 002,11</u>

**SUM EGENKAPITAL OG GJELD****1 290 783,29****1 084 154,32****PROSJEKTREGNSKAP 2012 OG BUDSJETT 2013****NB! Ikke revidert**

Prosjekt	UTGIFTER	Regnskap 2011	Budsjett 2011	Regnskap 2012	Budsjett 2012	Budsjett 2013	Noter
	<b>Stevneutgifter</b>						
50001	Nordisk J/U	83 233	125 000	<b>89 215</b>	130 000	<b>120 000</b>	1.
50000	Nordisk Senior	113 753	145 000	<b>87 909</b>	90 000	<b>100 000</b>	
50002	EM Junior/EM u23	70 729	80 000	<b>122 316</b>	80 000	<b>60 000</b>	2.
50003	EM senior	98 595	90 000	<b>75 135</b>	70 000	<b>100 000</b>	
50007	VM senior	61 626	40 000	-		<b>50 000</b>	
50004	VM Junior	-	-	-			
50005	Elitestevner utl.	-		<b>27 228</b>		<b>30 000</b>	3.
	Eleiko GP	-	10 000	-	15 000	-	
	Baltic Cup	-	-	-	15 000	-	
	Universitets VM	-	-	-	50 000	-	
32000	Norske mesterskap	77 617	65 000	<b>95 119</b>	75 000	<b>100 000</b>	
50030	Landskamp	72 023	80 000	<b>68 374</b>	70 000	<b>60 000</b>	
50020	EM u 17år	8 000	20 000	<b>51 580</b>	20 000	<b>20 000</b>	4.
	EM 2016					<b>15 000</b>	
		<b>585 576</b>	<b>655 000</b>	<b>616 875</b>	<b>615 000</b>	<b>655 000</b>	
	<b>Trening og utdanning</b>						
50012	Toppidr.senter	84 000	84 000	<b>84 000</b>	84 000	<b>84 000</b>	
50014	Toppidrettsatsning	585 258	630 000	<b>468 091</b>	550 000	<b>350 000</b>	5.
71000	klubb- kretsbesøk, samlinger	14 145	95 000	<b>2 483</b>	50 000	<b>50 000</b>	
73000	Trenerkurs	36 441	75 000	<b>47 511</b>	75 000	<b>100 000</b>	6.
73001	Dommerkurs	14 975	20 000	<b>20 119</b>	20 000	<b>50 000</b>	
73030	Klubb/lederutv.	307 656	230 000	<b>305 604</b>	230 000	<b>230 000</b>	7.
73040	Tilskudd løfterskoler	52 500	20 000	<b>91 000</b>	60 000	<b>120 000</b>	8.
	Strategimidler		-		-	-	
		<b>1 094 975</b>	<b>1 154 000</b>	<b>1 017 337</b>	<b>1 069 000</b>	<b>984 000</b>	

	<b>Gaver/Utmerkelser</b>					
7420	Gaver/Utm.	50 729	35 000	37 716	50 000	40 000
32010	Årets klubb / NC	34 000	34 000	34 000	34 000	40 000
		<b>84 729</b>	<b>69 000</b>	<b>71 716</b>	<b>84 000</b>	<b>80 000</b>
	<b>Lønn</b>					
95000	Lønn ansatte	554 254	500 000	470 492	500 000	550 000
	<b>Adm. utgifter</b>					-
6700	Revisjon/NIF	38 000	45 000	38 750	45 000	40 000
		<b>38 000</b>	<b>45 000</b>	<b>38 750</b>	<b>45 000</b>	<b>40 000</b>
	<b>Møter og adm. kurs</b>					
90000	Styrets møteutg.	75 960	60 000	81 871	70 000	100 000
90010	NVF's Ting	19 386	25 000	40 300	25 000	40 000
17000	EFW Representasjon	26 759	30 000	40 359	30 000	50 000
73025	Utdanning/div. møter	69 096	70 000	59 139	70 000	70 000
		<b>191 201</b>	<b>185 000</b>	<b>221 668</b>	<b>195 000</b>	<b>260 000</b>
	<b>Driftsutgifter</b>					
6900/ 6920	Telefon/Internett	54 012	50 000	62 212	50 000	70 000
6930	Oppgradering av hjemmeside	70 750	50 000	-	-	30 000
6940	Porto	12 278	10 000	9 532	10 000	10 000
7770	Bankgebyr	3	500	-	500	500
6541/ 6451	Kontorutstyr	39 693	40 000	55 934	40 000	60 000
7530	Forsikringer	15 643	25 000	14 786	25 000	20 000
6800/6390	Rekvisita/andre kostn	18 174	20 000	13 961	20 000	20 000
	Div.Kostn.	15 500	5 000	62 714	10 000	5 000
		<b>226 053</b>	<b>200 500</b>	<b>219 139</b>	<b>155 500</b>	<b>215 500</b>
	<b>Trykksaker</b>					
6820	Nytt fra NVF	39 506	50 000	45 518	50 000	50 000
6821	Årsberetning	11 102	10 000	8 169	11 000	15 000
		<b>50 608</b>	<b>60 000</b>	<b>53 687</b>	<b>61 000</b>	<b>65 000</b>
	<b>Kontingenter</b>					
17010	Int.forbund	10 894		14 361	11 000	15000
		<b>10 894</b>	<b>20 000</b>	<b>14 361</b>	<b>11 000</b>	<b>15 000</b>
	<b>Varekjøp</b>					
80000	Varekjøp	141 633	90 000	141 247	90 000	100 000
		<b>141 633</b>	<b>90 000</b>	<b>141 247</b>	<b>90 000</b>	<b>100 000</b>

7830	Tap på fordringer	12 460	-	10 370		
	<b>Totale utgifter</b>	<b>2 977 923</b>	<b>2 978 500</b>	<b>2 875 643</b>	<b>2 825 500</b>	<b>2 964 500</b>
	<b>INNTEKTER</b>					
	<b>Tilskudd</b>					
3440	tilskudd NIF	1 691 126	1 800 000	2 094 018	1 800 000	2 000 000
3441	andre tilskudd NIF	2 473		35 500		
3450	VO midler	35 775	10 000	21 825	20 000	25 000
3442	NIF øremerk midler	426 000	420 000	361 250	400 000	450 000
3443	OLT stipend/prosjekt	305 000	300 000	-	200 000	
3444	OLT stipend/prosjekt	70 000	70 000	70 000	50 000	
	Strategimidler	-	-			-
		<b>2 530 374</b>	<b>2 600 000</b>	<b>2 582 593</b>	<b>2 470 000</b>	<b>2 475 000</b>
	<b>Kontingenter</b>					
3931	lagserien	13 500	15 000	15 500	15 000	15 000
3932	5-kampserien	2 500	500	4 250	500	3 500
3930	Lisenser	56 400	48 000	61 750	48 000	60 000
		<b>72 400</b>	<b>63 500</b>	<b>81 500</b>	<b>63 500</b>	<b>78 500</b>
	<b>Salgsinntekter</b>					
3110	Varesalg	66 412	70 000	54 700	70 000	70 000
3112/3113	Salg merker/statuetter	3 325	7 000	3 375	7 000	7 000
		<b>69 737</b>	<b>77 000</b>	<b>58 075</b>	<b>77 000</b>	<b>77 000</b>
	<b>Samarbeidsavt./annonser</b>					
3121	Sponsor	-	10 000	23 100	10 000	10 000
3970	Egenandeler	67 150	70 000	68 393	70 000	90 000
3460	Toppidr.senter	84 000	84 000	84 000	84 000	84 000
		<b>151 150</b>	<b>164 000</b>	<b>175 493</b>	<b>164 000</b>	<b>184 000</b>
	<b>Div. adm. inntekter</b>					
3990	Div. inntekter	3 580	10 000	17 300	10 000	20 000
3445	Momskompensasjon	96 236	24 000	97 636	24 000	100 000
		<b>99 816</b>	<b>34 000</b>	<b>114 936</b>	<b>34 000</b>	<b>120 000</b>
	<b>Finansinntekter</b>					
8040	Renteinntekter	35 892	40 000	32 575	40 000	40 000
		<b>35 892</b>	<b>40 000</b>	<b>32 575</b>	<b>40 000</b>	<b>40 000</b>
	<b>Totale inntekter</b>	<b>2 959 369</b>	<b>2 978 500</b>	<b>3 045 172</b>	<b>2 848 500</b>	<b>2 974 500</b>

	Årsoverskudd / Underskudd	-18 554	-	168 058	23 000	10 000

**NOTER**

1.	Konto 50001 Nordisk ungdom ble billigere enn antatt, mye på grunn av rimeligere reisekostnader .
2.	Konto 50002 EM jr. Flere kvalifiserte enn antatt derfor dyrere prosjekt.
3.	Universitetsmesterskap
4.	Flere kvalifiserte enn planlagt.
5.	Flere samlinger enn planlagt, men mindre kostnader enn antatt.
6.	Mindre forbruk enn planlagt
7.	Øremerkede midler tildelt av NIF som må brukes i dette tiltaket.
8.	Det er arrangert flere løfteskoler enn antatt.
9.	Utgiftene er fordelt med konto 73030 og kan ses i sammenheng med dette.
10.	Ulike representasjonsoppgaver i forbindelse med tillitsverv i EWF og IWF
11.	Diverse kostnader i blant annet forbindelse med innkjøp av brosjyrer til klubbene.
12.	Innkjøp av diverse varer blant annet sko for å holde.

## STYRETS BERETNING 2012

### STYREMØTER

Det ble avholdt 5 styremøter i 2012

Nr. 1	Gardermoen	2. februar 2012
Nr. 2	Gardermoen	20. juni 2012
Nr. 3	Gardermoen	2. september 2012
Nr. 4	Stavern	5. oktober 2012
Nr. 5	Gardermoen	21. november 2012

Tilstede på styremøter har vært:

Navn	02.02	20.06	02.09	05.10	21.11	TOT
Per Mattingsdal	J	J	J	J	J	5
Tryggve Duun	J	J	J	J	J	5
Steinar Kvame	J	J	J	J	J	5
Janne Grostad	N	J	J	J	J	4
Camilla Carlsen	J	J	J	J	J	5
Ove Varlid	J	J	J	J	J	5
Johan Thonerud	J	J	J	N	J	4
Arne H. Pedersen	J	J	J	J	J	5
Arne Grostad	J	J	J	J	J	5

Det er protokollert 50 saker.

### KONTORET OG DRIFTEN

NVFs kontor er i Bergen. Arne H. Pedersen er ansatt som generalsekretær i 50 % stilling. I tillegg til generalsekretær har NVF sportssjef Arne Grostad i 40 % stilling og Richard F. Markeng i en prosjektstilling frem til OL i London 2012. Katarina Sederholm Hoff har vært ansvarlig for regnskapet.

### INTERNETT

Internettssidene [www.vektlofting.no](http://www.vektlofting.no) er en viktig informasjonskanal for alle vektløftere i Norge. Webmaster for sidene er visepresident Tryggve Duun. I tillegg til dette har NVF tatt i bruk Facebook sidene.

### NYTT FRA NVF

Det har vært laget 3 utgaver av forbundsbladet «Nytt fra NVF» i 2012. Bladet skal være et historisk dokument bestående av artikler fra store mesterskap samt resultatlister. Generalsekretær Arne H. Pedersen er redaktør av bladet.

### FORBUNDETS ØKONOMISKE SITUASJON OG RESULTAT AV VIRKSOMHETEN

Etter styrets oppfatning gir det fremlagte resultatregnskap og balanse for regnskapet 2012 et riktig uttrykk for forbundets situasjon og resultat av virksomheten. Styret forslår at det fremlagte regnskapet godkjennes som forbundets resultatregnskap og balanse. Utover det som fremgår av årsoppgjøret, kjenner ikke styret til andre forhold som har innvirkning på forbundets økonomiske situasjon.

Etter utgangen av regnskapsåret har det ikke inntruffet forhold som det er ikke tatt hensyn til i årsoppgjøret og som er viktig for å bedømme forbundets resultat og stilling.

Revisor for regnskapsåret 2012 har vært Bjørn Gundersen fra revisjonsfirmaet Bjørn Gundersen AS. 2012 er det 8. året han reviderer.

Regnskap 2012 viser et overskudd på kr. 168 058,-.

#### **ANSATTE**

Arne H. Pedersen er ansatt i 50 % stilling som generalsekretær.

Arne Grostad er ansatt i 40 % stilling som sportssjef.

Richard F. Markeng var ansatt i prosjektstilling frem til OL 2010 i London.

#### **YTRE OG INDRE MILJØ**

Vår virksomhet forurensrer ikke det ytre miljø. Vår virksomhet har hatt et godt arbeidsmiljø i Nedrelia 7N i Bergen.

#### **DISPONERING AV OVERSKUDET**

Av årsoverskuddet settes kr. 42 014,50 (25 %) til internasjonal stevnevirksomhet i Norge.

Resterende beløp på kr. 126 043,50 settes på egenkapital.

---

Per Mattingsdal  
President

---

Tryggve Duun  
Visepresident

---

Camilla Carlsen  
Styremedlem

---

Janne Grostad  
Styremedlem

---

Steinar Kvame  
Styremedlem



**TERMINLISTE FOR 2014**

18. januar	Regionale mesterskap
7. – 8. mars	NM Senior /Veteraner
23. mars	NVFs Ting
5. april	NM Ungdom
3. mai	NM Junior
14. juni	KM 5-kamp
13. september	NM 5-kamp/Norgescup 3. omgang
18. oktober	Kretsmesterskap
5.-6. desember	NM Lag og Norges Cup