



Norges Vektløfterforbund

Årsberetning 2013

Gardermoen 23. mars 2014



INNHold

INNHold.....	2
SAKSLISTE.....	4
FORRETNINGSORDEN.....	4
BERETNING.....	5
FORBUNDSTINGET 2013.....	5
TILLITSVALGTE.....	5
FORBUNDSSTYRET.....	5
Kontrollkomiteen.....	5
Valgkomiteen.....	5
ENGASJERT REVISOR.....	5
OPPNEVNT UTVALG.....	6
ARBEIDSUTVALGET (AU).....	6
Sportsutvalget (SU).....	6
Teknisk utvalg.....	6
Økonomiutvalget.....	6
HEDERSMERKEUTVALGET.....	6
LAG OG KRETSE.....	6
medlemstall.....	6
Lag tilsluttet Norges vektløfterforbund.....	7
KRETSE tilsluttet Norges vektløfterforbund.....	8
KRETSTRENERE.....	8
LISENSER PR KLUBB.....	8
REPRESENTASJON TILLITSVERV.....	9
KONGRESSER, TEKNISKE MØTER og ledermøter:.....	9
HOVEDLEDEROPPGAVER:.....	9
LAGLEDEROPPGAVER:.....	10
SPORTSLIG AKTIVITET.....	10
ÅRSRAPPORT FRA SPORTSSJEFEN.....	10
DOMMERE / TEKNISK UTVALG.....	39
ÅRSRAPPORT FRA Teknisk Utvalg 2013.....	39
OVERSIKT OVER DOMMEROPPDRAG 2009-2013.....	44
HEDERSTEGN OG UTMERKELSER.....	49
KONGEPOKAL.....	49
INNSATSPREMIEN (gullklokka).....	49
KONGEPOKALVINNERE GJENNOM TIDENE.....	50
AVLAGTE PRØVER TIL VEKTLØFTERSTATUETTEN PR 31.12.13.....	51
FØLGENDE HAR MOTTATT VEKTLØFTERSTATUETTEN.....	52
INNEHAVERE AV NVF's VEKTLØFTERPLAKETT I BRONSE.....	53
INNEHAVERE AV NVF's VEKTLØFTERPLAKETT I SØLV.....	53
INNEHAVERE AV NVF's VEKTLØFTERPLAKETT I GULL.....	54
Innehavere av NVF's HEDERSTEGN.....	54
INNEHAVERE AV NVF'S TILLITSMANNSNÅL.....	55
IWF Award of merit.....	55
IWF NATIONAL AWARD I GULL.....	55
IWF NATIONAL AWARD I SØLV.....	55
NORDISKA TYNGDLYFTNINGSFÖRBUNDET'S HEDERSTEGN.....	56
NTF's HEDERSTEGN – MED KRANS.....	56
INNEHAVERE AV NORGES IDRETTSFORBUNDS HEDERSTEGN.....	56
Medaljer vunnet i OL / VM og EM av norske løftere.....	56
FORSLAG TIL FORBUNDSTINGET.....	57
Endringsforslag til NVF's tekniske reglement – særnorske bestemmelser.....	57
ARRANGØRER AV NORSKE MESTERSKAP.....	61
RESULTATREGNSKAP 2013.....	62

BALANSE 2013.....	64
PROSJEKTREGNSKAP 2013 OG BUDSJETT 2014.....	65
<i>STYRETS BERETNING 2013</i>	68
TERMINLISTE FOR 2015.....	70

SAKSLISTE

NVFs Ting på Rica Hotel Gardermoen søndag 23. mars 2014.

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 2014.
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. Bestemme tid og sted for neste forbundsting.
13. 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 01.01.2013 – 31.12.2013

FORBUNDSTINGET 2013

NVFs forbundsting 2013 ble avviklet på Rica Hotel Gardermoen den 17. mars. Det møtte totalt 41 deltakere inklusive styret, ansatte, observatører og gjester – herav 28 stemmeberettigete.

Det ble behandlet et endringsforslag til NVFs lov, og det ble behandlet 5 endringsforslag til NVFs tekniske reglement.

Regnskapet for 2012 ble enstemmig vedtatt.

Styrets forslag til budsjett for 2013 ble enstemmig vedtatt.

TILLITSVALGTE

FORBUNDSSTYRET

President	Per Mattingsdal	Vigrestad IK
Visepresident	Tryggve Duun	Trondheim AK
Medlem	Ove Varlid	Tambarskjelvar IL
”	Janne Grostad	Nidelv IL
”	Camilla Carlsen	AK Bjørgvin
Varamedlem	Johan Thonerud	Spydeberg Atletene
”	Gunnar Knudsen	Grenland AK

KONTROLLKOMITEEN

Leder	Jostein Frøyd	Larvik AK
Medlem	Steinar Kvame	Tambarskjelvar IL
”	Johanna Wåsjø	Oslo AK
Varamedlem	Børge Aadland	AK Bjørgvin
”	Johnny Sandvik	AK Bjørgvin

VALGKOMITEEN

Leder	Sigvald Monsen	Stavanger VK
Medlem	Per Marstad	Tønsberg-Kameratene
“	Gunnar Reiakvam	Tambarskjelvar IL
Varamedlem	Tor Steinar Herikstad	Vigrestad IK

ENGASJERT REVISOR

Bjørn Gundersen	Revisorfirma Bjørn Gundersen AS
-----------------	---------------------------------

OPPNEVNTE UTVALG**ARBEIDSUTVALGET (AU)**

Leder	Per Mattingsdal	Vigrestad IK
Medlem	Tryggve Duun	Trondheim AK
”	Janne Grostad	Nidelv IL

SPORTSUTVALGET (SU)

Medlem	Arne Grostad	Sportssjef
”	Johan Thonerud	Spydeberg Atletene
”	Camilla Carlsen	AK Bjørgvin
”	Odd Gunnar Røyseth	Tambarskjelvar IL

TEKNISK UTVALG

Leder	Arne Pedersen	AK Bjørgvin
Medlem	Ove Varlid	Tambarskjelvar IL
”	Camilla Carlsen	AK Bjørgvin
”	Per Mattingsdal	Vigrestad IK

ØKONOMIUTVALGET

Medlem	Tryggve Duun	Trondheim AK
”	Arne Grostad	Nidelv IL
”	Katarina S. Hoff	Stjørdal AK

HEDERSMERKEUTVALGET

Medlem	Johan Thonerud	Spydeberg Atletene
”	Gunnar Knudsen	Grenland AK

LAG OG KRETSER**MEDLEMSTALL**

Antall særkretser/regioner: 6

Antall medlemsklubber pr. 31.12:

	2008	2010	2011	2012	2013
Antall Idrettslag	54	41	42	44	44

Aktive medlemmer pr. 31.12:

		0-5 år	6-12 år	13-19 år	20-25 år	26 år og eldre	Totalt
2009	Kvinner	3	56	162	127	280	628
	Menn	6	124	802	530	964	2426

	Totalt	9	180	964	657	1244	3054
2010	Kvinner	4	48	195	160	285	692
	Menn	5	117	822	483	889	2316
	Totalt	9	165	1017	643	1174	3008
2011	Kvinner	0	67	249	202	279	797
	Menn	0	164	776	564	972	2476
	Totalt	0	231	1025	766	1251	3273
2012	Kvinner	0	64	276	208	309	857
	Menn	0	173	585	495	896	2149
	Totalt	3	237	861	703	1205	3006
2013	Kvinner	0	38	313	303	365	1019
	Menn	2	117	637	711	1072	2539
	Totalt	2	155	950	1014	1437	3558

LAG TILSLUTTET NORGES VEKTLØFTERFORBUND

Alta Atletklubb	Pål Hemminghyth	hemmingh@hotmail.com
AK Bjørgvin	Arne H. Pedersen	arnehaap@gmail.com
Bergsfjord UIL	Hans Roald Johnsen	Rohaj50@hotmail.com
Breimsbygda IL	Ola Bergheim	balo@online.no
Dale Idrettslag	Svein Åge Holstad	sholstad@gjolanger.no
Flaktveit IK – Vektløft	Oddgeir Larsen	odla@flaktveit.no
Vektløftergruppa i Førde IL	Ivar Hauge	advokat.hauge@epost.no
Gjøvik Atletklubb	Joakim Sofienlund	Joakim_sofienlund@hotmail.com
Grenland Atletklubb	Gunnar Knudsen	gunnarknudsen64@gmail.com
Halden Styrkeidrettslag	Arnulf Wahlstrøm	arnwah@online.no
Hannevikas IL	Steinar Jacobsen	SJacobsen@xstratanickel.no
Haugesund Vektløfterklubb	Per Olav Dagsland	per-olav.dagsland@aibel.com
Hitra Vektløfterklubb	John Birger Brevik	john@hitraturistservice.no
IF Tønsberg-Kameratene	Per Marstad	pmarstad@broadpark.noo
IL Brodd	Jørund Årdal	Jorund.ardal@sfj.no
IL Ilar	Kjell-Harald Erichsen	
IL Kraftsport	Hans Martin Arnesen	h.m.arnesen@gmail.com
IL Milo	Paul Marhaug	paul@marhaug.com
Kirkenes AK	Kjell Arne Ryeng	kjar-ry@online.no
Kraftsportklubben av 1967	Marte Elverum	kk67.styreleder@gmail.com
Kristiansand Atletklubb	Tor Ingvar Njerne	tor.ingvar.njerne@nav.no
Larvik Atletklubb	Jostein Frøyd	jfroyd@online.no
Lenja AK	Rune Johansen	runjoha8@online.no
Løken IL	Håvard Olsen	haol@nlsh.no
Lørenskog AK	Vegard Røysum	Vegard.roysum@trygdeetaten.no
Moss Styrkeidrettsklubb	Frank Duve	frankduve@online.no
Namsos VK	Per Olav Meosli	perolav@meosli.no
Nidelv IL	Bjørn Johnsen	bjorn@carleif.noo
Oppstryn IL	Ståle Sunde	staale.sunde@c2i.net
Orkanger IF	John Ivar Evjen	john_ivarevjen@hotmail.com
Oslo Atletklubb	Lars-Thomas Grønlien	lars-grk@online.no
Rjukan IL	Ivar Bakstad	ivarbakstad30@gmail.com

Spydeberg Atletene	Johan Thonerud	johan@gymthonerud.no
Stavanger Vektløfterklubb	Bernt Petter Andersen	bpa@lyse.net
Stjørdal AK	Katarina S. Hoff	katarina.hoff@ntebb.no
Tambarskjelvar IL	Ove Varlid	ovarlid@online.no
Tromsø Atletklubb	Line Rossvoll	line.rossvoll@gmail.com
Trondheim Atletklubb	Morten Johannessen	morten@johannessen.org
Turn & IL National	Steinar A. Aas	steinar9139@hotmail.com
Tysvær VK	Dag Rønnevik	tvk@tysvervk.net
Valdres Treningsklubb	Ingar Svingen	Valdress-treningsklubb@hotmail.no
Vigrestad IK	Per Mattingsdal	perm1@online.no
Åsane VK	Jørund Sundal	Jorund.sundal@bergen.kommune.no

KRETSE TILSLUTTET NORGES VEKTLØFTERFORBUND

Østlandet Vektløfterkrets	Hans Martin Arnesen	Åsdalsveien 19 B, 1166 Oslo
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
Nordenfjelsk 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
Nordenfjelske Vektløfterkrets	Ronny Fevåg, Trondheim AK
Vestfold Vektløfterkrets	Jan Robert Solli, Tønsberg-Kameratene

LISENSER PR KLUBB

Klubb	Antall lisenser					
	2008	2009	2010	2011	2012	2013
AK Bjørgvin	13	18	18	15	18	17
Breimsbygda IL				3		
Dale IL	1				4	
Flaktveit IK				5	13	11
Førde IL	1	1	2			
Gjøvik AK	18	20	10	6	8	11
Grenland AK		1	1	6	3	2
Haugesund VK	4	5	7	6	8	4
Hitra VK	11	8	9	11	9	12
IL Brodd				3	4	3
IL Kraftsport			1	1	2	2
Larvik AK	3	4	8	7	10	13
Lenja AK	3	2				3
Lørenskog AK						3
Namsos VK		1	2	6	3	3
Nidelv IL	5	8	17	17	10	18

Oppstryn IL				1		
Oslo AK	2	3	4	4	2	4
Spydeberg Atletene	3	4	2	3	9	10
Stavanger VK	13	16	10	24	26	20
T & IL National	7	7	10	10	8	9
Tambarskjelvar IL	14	23	24	27	24	20
Trondheim AK	5	11	12	10	9	17
Tysvær VK	1	1	1	1	2	4
Tønsberg-Kameratene	8	11	12	11	8	10
Vigrestad IK	8	13	17	14	10	15
Totalt	120	157	167	191	190	211

REPRESENTASJON TILLITSVERV

- Per Mattingsdal er NVFs representant til Idrettsting/representasjon i NIF
- Tryggve Duun er styrets kontaktledd til Olympiatoppen
- Per Mattingsdal er visepresident i Nordiska Tyngdlyftningsförbundet.
- Tryggve Duun er styremedlem i Nordiska Tyngdlyftningsförbundet.
- Per Mattingsdal er medlem i teknisk komité i EWF.
- Tryggve Duun er styremedlem i EWF.

KONGRESSER, TEKNISKE MØTER OG LEDERMØTER:

Reykjavík International Games	Reykjavík	26. januar	Yngve Apneseth
Landskamp England, Sverige og Norge	Landskrona; Sverige	2. Februar	Per Mattingsdal, Arne Grostad, Steinar Kvame
EM 2013	EM Tirana, Albania,	6. – 14. April	Tryggve Duun
Universiaden	Kazan, Russland	4. – 12. Juli	
Baltic Cup	Tallin, Estland	26. – 28. Juli	Gunnar Reiakvam
EM ungdom	Litauen	1. – 6. september	Per Mattingsdal
Nordisk Senior Nordisk Lag	Akureyri, Island	16. – 18. August	Per Mattingsdal, Arne Grostad, Gunnar Reiakvam
EM junior og under 23	Tallinn, Estland	20. – 28. September	Tryggve Duun
Nordisk junior og ungdom	København Danmark	1. – 2. November	Arne Grostad, Gunnar Reiakvam, Jostein Frøyd

HOVEDLEDEROPPGAVER:

Reykjavík International Games	Reykjavík	26. januar	Yngve Apneseth
Landskamp England, Sverige og Norge	Landskrona; Sverige	2. Februar	Arne Grostad
EM 2013	EM Tirana, Albania,	6. – 14. April	Gunnar Reiakvam

Universiaden	Kazan, Russland	4. – 12. Juli	
Baltic Cup	Tallin, Estland	26. – 28. Juli	Gunnar Reiakvam
EM ungdom	Litauen	1. – 6. september	Per Mattingsdal
Nordisk Senior Nordisk Lag	Akureyri, Island	16. – 18. August	Per Mattingsdal
EM junior og under 23	Tallinn, Estland	20. – 28. September	Arne Grostad
Nordisk junior og ungdom	København Danmark	1. – 2. November	Arne Grostad

LAGLEDEROPPGAVER:

Reykjavík International Games	Reykjavík	26. januar	Yngve Apneseth
Landskamp England, Sverige og Norge	Landskrona, Sverige	2. Februar	Arne Grostad Steinar Kvame
EM 2013	EM Tirana, Albania	6. – 14. April	Gunnar Reiakvam
Universiaden	Kazan, Russland	4. – 12. Juli	
Baltic Cup	Tallin, Estland	26. – 28. Juli	Gunnar Reiakvam
EM ungdom	Litauen	1. – 6. september	Jostein Frøyd
Nordisk Senior Nordisk Lag	Akureyri, Island	16. – 18. August	Arne Grostad Gunnar Reiakvam
EM junior og under 23	Tallinn, Estland	20. – 28. September	Gunnar Reiakvam
Nordisk junior og ungdom	København Danmark	1. – 2. November	Jostein Frøyd Gunnar Reiakvam

SPORTSLIG AKTIVITET**ÅRSRAPPORT FRA SPORTSSJEFEN**

Først må nevnes prosessen med NVF sin Toppidrettssatsing som klubblederne ønsket NVF skulle utrede ved Stavern konferanse i 2012. Med bakgrunn i ønsker fra denne samlingen oppnevnte Styret en Toppidrettskomite med en bestilling på 6 mandater som skulle besvares. Fristen for levering var innen utgangen av januar 2013. Komiteen besto av Odd Gunnar Røyseth, Gunnar Reiakvam, Johan Thonerud og Arne Grostad som også fungerte som sekretær.

Følgende ble Toppidretts komitéen (TIK) sin konklusjon:

5.0 Konklusjon

- ✓ *TIK mener, som beskrevet under «satsingsgruppe», at det optimale er å ha en trener i 100 % stilling ved et sentralt sted hvor de som har blitt utvalgt og bestemt seg for å satse, er samlet. TIK har arbeidet ut fra denne modellen da en ser dette som det optimale. Derfor har det i liten grad blitt*

diskutert andre modeller. Dette også pga den korte tiden en har hatt til rådighet.

- ✓ *Samtidig blir det ved en sentralisering totalt sett enklere å tilfredsstille de etterspurte delmål i mandatet, ved at en er i et tverrfaglig miljø med et totalt dekkende spekter av kompetanse. Det være seg kompetanse og betydningen av riktig kosthold, treningsmengde og treningsplanlegging inkludert langtidsplanlegging og daglig kvalitet på treningen, skadeforebygging samt utvikle mental kapasitet og tro og forståelse for hva som kreves.*
- ✓ *Det sees på som meget viktig at det finnes trener kompetanse i klubbene med riktig verktøy for å definere trening.*

I sitt arbeid tok TIK utgangspunkt i Olympiatoppens definisjon av «Toppidrett», som er beskrevet på følgende måte:

- ✓ *Felles overordnet definisjon:
Toppidrett defineres som trenings- og forberedelsesarbeid på linje med de beste i verden, avhengig av den enkelte idretts egenart og utbredelse. Arbeidet fører til jevnlig prestasjoner på internasjonalt toppnivå. Idretten er for disse utøverne en hovedbeskjeftigelse.*

Styret mottok komiteen innstilling innen fristen og støttet opp under konklusjonen. Denne ble lagt frem for klubbledersamlingen 16. mars 2013 på Gardermoen som ikke like stor grad støttet konklusjonen i TIK innstilling.

Her er utdrag fra referatet ved denne samlingen:

✓ **Hovedmål (kapittel 3)**

Målene skal være noe som NVF – familien skal styre mot, og danne grunnlag for de beslutningene som blir tatt underveis. To hovedmål; ett for breddesatsing og ett for toppidrettssatsing ble presentert:

1. *Å øke antall medlemmer med 10 % innen 31.12.2016*
2. *Å kvalifisere utøver(e) til OL 2016*

En engasjert diskusjon omkring de to hovedmålene fulgte. Et forslag gikk ut på å sløyfe hovedmål 2 til fordel for at hovedmål 1 ble endret fra 10 % til 100 %, altså en dobling av medlemsmassen i kommende fireårsperiode. Til tross for hyggelige argumenter for dette ble hovedmål 1 beholdt uendret.

Også formuleringen av hovedmål nr. 2 ble diskutert – det ble hevdet at dette ikke var identisk med konklusjonen omkring dette fra siste ledersamling i Stavern i fjor høst. Det hele landet likevel med også å beholde dette hovedmålet uendret.

Strategiske suksessfaktorer (kapittel 4)

Dette er faktorer som skal til for å lykkes / unngå å mislykkes i forhold til målene, og det er viktig å identifisere slike og ta hensyn til dem i en strategisk plan og i kommende handlinger. Strategiplanutkastet inneholdt 5 slike faktorer:

1. *Å skape en funksjonell treningskultur for toppidrett*
2. *Rekrutteringstiltak*
3. *Trenerutvikling*
4. *Organisasjonsutvikling*

5. Samhandling med NIF

Hver av de 5 overnevnte suksessfaktorene utgjør egne delkapitler i planen:

1. Å skape en funksjonell treningskultur for toppidrett (kapittel 4.1)

Mye av tiden gikk med til denne suksessfaktoren, som på seminaret ble behandlet til slutt men som gjengis nå for samsvar med kapittelinnholdet i planen. Stikkordene underveis; innledning, treningsforståelse, osv. er også underkapitler i dette kapittelet.

Innledning

- En god nok toppidrettskultur savnes pr. i dag og det har blitt nedsatt en toppidrettskomite, som har laget et eget dokument for å bøte på dette.
- Et best mulig samarbeid med Olympiatoppen må til for å lykkes med toppidrett.

Treningsforståelse

Vi har ikke tilstrekkelig kunnskap om treningsplanlegging, evaluering etc. for å nå toppresultater.

- Et moderne treningsregistreringssystem mangler. Det må lages et elektronisk systemverktøy (web-basert), primært designet for klubbtrener – lokal utøver.
- Egen klubb må ta ansvar og være bevisst dette ansvaret i de første årene av en utøvers karriere.
- Ellers ble det vist til en omfattende kulepunktliste i planen med andre konkrete tiltak.

Trenere, kurs og utdanning

- Klubbene kan inntil videre bare fortsette med det gamle Trener 1 – kurset. Det tar ennå tid før den nye trenerløypa er operativ.

Tiltak: NVF ønsker å opprette en database med treningsprogram som klubbene sender inn. Dette kom også opp på forrige ledersamling i Stavern, og det er pr. nå bare innkommet et eneste program.

Skape godt trenings- og konkurransemiljø

Det var full enighet om at NVF må ha en toppidrettssatsing og det ble også etterlyst tiltak for de som kommer bak dagens beste utøvere. Innledningsvis ble dokumentet fra Toppidrettskomiteen kommentert: Dokumentet tar utgangspunkt i optimale rammevilkår, og ikke i nå – situasjonen. Det var delte meninger om dette utgangspunktet. Den videre diskusjonen omkring toppidrettssatsingen dreide seg mye om å ha en ansatt landslagstrener og sentralisering av topputøverne, eller mer lokal oppfølging av ressurspersoner der de beste kommer fra.

a) Momenter som taler for en ansatt landslagstrener og sentralisering av de beste:

- NVF får gjennom en landslagstrener et bedre apparat for lovende utøvere. Dette kan ofte bli et for stort ansvar for en klubbtrener. Det tar lang tid å utvikle topputøvere, og kontinuitet er en fordel.
- Landslagstrener kan (må) komme inn med planlegging og bistand fra tidlige år, gjerne like etter at utøveren er ferdig med videregående skole da et par av livets valg må tas uansett.
- En person med analysekunnskap trengs – treningsanalyse er vanskeligere å følge opp med en desentralisert modell. Det vil også være lettere å hente ut informasjon og erfaringer fra tidligere topputøvere.

- *En landslagstrener bør/vil være tilgjengelig hele året, mens en typisk klubbtrener vanligvis er lite tilgjengelig om sommeren.*
- b) *Momenter som taler mot en ansatt landslagstrener og sentralisering av de beste:*
- *Flere av de som er best i dag ønsker ikke sentralisering.*
 - *Økonomisk vil en ansatt landslagstrener være en stor utfordring for et forbund som NVF. Og hva blir igjen av midler til de resterende aktive?*
 - *Det har vært tradisjon for, og gode erfaringer også med tett oppfølging av en toppløfter fra en nærstående og dedikert person.*
 - *For dagens beste bør det etableres en elitegruppe med interne krav, og som gis muligheter til å dra rundt i landet på korte samlinger. Kan koordineres av en gruppe klubbtrenere. Vil gi god stimuli til klubbmiljøene.*

Diskusjonen ble avrundet med en runde der alle som ville fikk uttale seg, og kan oppsummeres som følger:

- *De fleste var enige om at sentralisering av utøverne rundt en landslagstrener er den mest optimale løsningen dersom vi over tid skal lykkes med å få fram utøvere på topp internasjonalt nivå, men at en slik løsning pr. i dag kan være vanskelig å gjennomføre.*
- *Ansettelse av heltidsansatt landslagstrener, slik kravet vil være ved sentralisering, medfører høye kostnader og de midlene finnes ikke i dag.*
- *Flere av de beste pr. i dag er etablerte og en sentraliseringsmodell for disse passer dårlig. Tilrettelegging for disse må heller skje i form av ikke for lange samlinger.*
- *For fremtiden bør det likevel vurderes ansettelse av landslagstrener og sentralisering av utøverne.*
- *Det må bygges et sportslig (treningsverktøy m.m.) og ikke minst et bedre økonomisk fundament først. Pr. i dag virker det mest realistisk å få en slik modell på plass før OL i 2020, det er for kort tid igjen til OL 2016.*
- *Dette får være tema og vurderes løpende på kommende lederseminarer.*
- *I mellomtiden må styret legge til rette satsingen uten fast ansatt trener, men likevel slik at de beste utøverne får et godt samlings- og konkurranse tilbud og ut i fra situasjonen best mulig oppfølging.*

Som følge av denne diskusjonen vil strategiplanen bli tilsvarende justert, dvs. at beskrevne tiltak omkring ansettelse av landslagstrener og sentralisering av utøverne før OL 2016 omformuleres.

Øvrige kommentarer:

- *Litt pessimistisk diskusjon og forsamling. Det finnes utvilsomt potensial blant de beste i dag. Vi har unge talenter med gode muligheter og bør ha is i magen på deres vegne.*
- *Vi må sette i gang jobbingen med toppidrettsatsingen, ikke minst med hensyn på at EM 2016 kanskje blir arrangert i Norge. Det er mye å ta fatt i og det tar tid!*

Året 2013 ble aktivt år for våre utøvere. Antall stevne startende var rekord høyt med 2216. løftere. Antall deltakere i stevner var 568 mens det i 2012 var 470 stykker.

Vi deltok med utøvere, som hadde oppnådde det forhåndsoppsatte kvalifiseringskravene i en nærmere definert kvalifiseringsperiode, i de aller fleste internasjonale mesterskapene. Et unntak var VM i Polen hvor to kvalifiserte utøvere valgte ikke å delta. Vi hadde fem utøvere i EM for senior i Tirana, Albania, en utøver i Universiaden i Kazan i Russland,

Men før det støttet NVF igangsettingen av en revitalisering av vektløftingen på Island ved at vi deltok med to utøvere 26. januar i Reykjavik International Games allerede i januar. Island ble det mere av i 2013 all den til det Nordiske senior mesterskapet ble lagt til Akureyri, en liten by nord på Island. Mesterskapet ble en utfordring både økonomisk og reisemessig.

En jente utøver deltok i EM ungdom i Litauen, to juniorløftere, en gutt og en jente, til EM for junior og to utøvere, en gutt og en jente utøvere i EM under 23 år. Dette mesterskapet som ble arrangert i Tallinn, Estland,

Og vi deltok i tre nasjonslandskampen Norge, Sverige og England i Landskrona, Sverige i februar. Foruten disse mesterskapene deltok vi med fyldige tropper i de nordiske mesterskapene.

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
1994		371,08	365,03	355,01	348,00
1995		378,26	364,51	355,19	348,37
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
2012	358	356,98	344,81	337,56	332,64
Justert sinclair					
2013	420	363,52	353,35	344,70	337,69

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
Juster sinclair 2013					
2013	148	234,02	218,30	207,37	199,23

Norges vektløfterforbund måltall for nivåheving i inneværende strategiplan periode:

Mål 6 menn over 370 poeng i 2016.

	Navn	Klubb	2012	2013	2014	2015	2016
	Kim Eirik Tollefsen	Stavanger VK	360,79	369,18			
	Per Hordnes	AK Bjørgvin	368,86	370,91			
	Jarleif Amdal	Tønsberg-Kam	347,71	359,84			
	Håvard Grostad	Nidelv IL	353,91	360,81			
	Sindre Rørstadbotnen	Tambarskjelvar IL	335,75	350,36			
	Ronny Matnisdal	Vigrestad IK	353,63	349,73			
	Sebastian Fårmen	Larvik AK	322,44	356,86			
	Jantsen Øverås	Tambarskjelvar IL	328,08	339,84			
	Øystein Robberstad	Gjøvik AK	334,84	341,68			

Mål 6 kvinner over 210 poeng i 2016.

	Navn	Klubb	2012	2013	2014	2015	2016
	Ruth Kasirye	Tønsberg-Kam	268,59	280,42			
	Anja Evelin Jordalen	AK Bjørgvin	225,64	251,71			
	Elisabeth Holmstrøm	Tønsberg-Kam	200,04	207,59			
	Sandra Trædal	Tambarskjelvar IL	178,71	205,12			
	Sarah Hovden Øvsthus	AK Bjørgvin	181,25	218,39			
	Ine Anderson	Oslo AK	154,96	207,12			

	Marit Årdalsbakke	Tambarskjelvar IL	176,65	211,96			
	Rebekka Tao Jacobsen	Larvik AK	144,98	205,73			

Kvinner:

Anja Evelin Jordalen, AK Bjørgvin, vist god form og innsats og ble klart beste kvinne av de startende i årets Norgesmesterskap. Dermed ble hun innehaver av HMK pokal for første gang. Anja fortsatte utover våren med å ta en flott 6 plass i EM i Tirana, Etter en verifisering av tingenes tilstand ble det i løpet høsten endret til en femteplass. Med 241,60 poeng i sinclair rankingen ble hun nummer 42. Resultatet i Albania mente sportsutvalget var godt nok for en VM deltakelse. Ruth Kasirye, Tønsberg-Kameratene, kom i gang i løpet av sommeren og kvalifiserte seg enkelt til VM i Polen. Hennes nivå er fortsatt høyt og er klart Norges og Nordens beste kvinne løfter. Når final entry form skulle bekreftes til arrangør, valgte både Anja og Ruth ikke å delta. Utenom disse to hadde også junior Sarah Hovden Øvsthus, Flaktveit IK, en meget god sesong med mange norske rekorder på samvittigheten. Hun hadde også flere tunge representasjonsoppgaver, bla EM junior. I tillegg viste siste års ungdoms Rebekka Tao Jacobsen fra Larvik AK svært lovende innsats med en rekke norske rekorder i alle alderskategoriene. Hun deltok også i EM ungdom i Litauen.

Herrer senior:

Kim Eirik Tollefsen, Stavanger VK, hadde en god sesong som endte med kongepokal ved NM i Stavern. Han imponerte senere under EM i Tirana, Albania med å støte 193 kg i pluss. I samme mesterskap innfridde han kravet til NVFs krav til å motta Gullklokken. Per Hordnes fra AK Bjørgvin bekreftet nivået og var en av Norges beste løfter også i 2013 Han deltok i EM senior i Tirana, og han ble igjen nordisk mester og beste løfter i poeng totalt ved dette mesterskapet.

Flere seniorløftere holdt nivået sitt fra tidligere år slik som Jarleif Amdal, Ronny Matnisdal. Håvard Grostad, Nidelv IL, passerte den magiske grensen på 360,- poeng ved NC 2 i mai

Årets mest fremgangsrike senior løfter var Sebastian Farmen fra Larvik AK ved NM lag i Trondheim.

Junior gutter:

Jantsen Øverås, Tambarskjelvar IL, hadde en svært god sesong. Han var Norges beste junior løfter i 2013. Han kvalifiserte seg igjen til EM junior og han vant den nordiske tittelen både i junior og senior. Han satte flere norske rekorder. Kristian Hellenen, Vigrestad IK, kom sterkt på slutten av sesongen og vant nordisk mesterskap i sin klasse. Det samme gjorde Tore Gjølringbø, Tambarskjelvar IL.

Junior jenter:

Sarah Hovden Øvsthus, Flaktveit IK, var Norges beste løfter blant junior jentene. Hun forsvarte nordisk mesterskap tittel fra året før, og hun satte en rekke norske rekorder. Hun deltok i EM junior.

Ungdom gutter:

Hans Sande, IL Brodd, var beste ungdomsløfter i 2013. Deretter fulgte Hitra VK duoen Runar Klungervik og Ole Magnus Strand. Etterveksten i ungdomsklassen skulle gjerne vært større. Rent poengmessig er det lenge siden det har vært så lavt nivå.

Ungdom jenter.

Rebekka Tao Jacobsen, Larvik AK, var klart beste ungdomsløfter. En jente som viste gode holdninger til sin idrett og som blir spennende å følge inn i junior klassen.

Trenere:

Gunnar Reiakvam har ledet flere store treningssamlinger og stevner. NVF har fortsatt et samarbeid med Latvia og Eduards Andruskevics. Tre samlinger ble arrangert der i 2013

TRENINGSSAMLINGER I NVF REGI:LATVIA I, ARRANGERT I VENTPILS, LATVIA, 14. – 23. MARS.

Jarleif Amdal	Tønsberg Kameratene
Kim Eirik Tollefsen	Stavanger VK
Elisabeth Holmstrøm	Trondheim AK
Anja Evelin Jordalen	AK Bjørgvin
Tore Gjølringbø	Tambarskjelvar IL
Sindre Rørstadbotnen	Tambarskjelvar IL
Jantsen Øverås	Tambarskjelvar IL
Kristian Hellenen	Vigrestad IK
Gunnar Reiakvam	Trener

Latvia II, arrangert i Ventpils, Latvia, 5. – 14. August.

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

Latvia III arranger i Ventpils, Latvia, 5. – 14. September.

Sindret Rørstadbotnen	Tambarskjelvar IL
Sandra Trædal	Tambarskjelvar IL
Jantsen Øverås	Tambarskjelvar IL
Gunnar Reiakvam	Trener

Treningssamling TIS 20. – 27. juni.

Generelt trening rykk og relevante øvelser på formiddagene. Ettermiddagsøktene besto av støt og støtøvelser. Fredag kveld samlet alle seg sammen med tilreisende klubbtrenere til et felles møte i forelesingsrommet Norsk Tipping, hvor sportssjefen orienterte om det arbeidet som Norges Vektløfterforbund har gjort ift toppidrett og utviklingen av denne. Det ble spesielt nevnt dette med at NVF skal innføre en treningsregistrering. Dette verktøyet skal etterhvert også bli brukt til å analysere hvordan en trener. Og ikke minst skal det brukes til å planlegge treningen. Da kan en lett avsløre ift internasjonalt nivå hvor en ligger an med tanke på om en trener tilstrekkelig og også ift intensiteten en trener.

Lørdag morgen var alle samlet, aktive som trenere til en forelesing fra Antidoping Norge. Det var totalt 20 representanter fra norsk vektløfting til stede ved foredraget. Senere lørdag var det Odd Gunnar som holdt en forelesing i hva må til for å komme opp på internasjonalt nivå. I flere innlegg samme dag snakket han også om den satsingsgruppen som ble etablert

tidlig på 90 tallet som en må si var en vellykket satsing. Hva var suksesskriteriene den gangen?

Søndag var Yngve Apneseth engasjert til å forelese og vise i praksis skadeforebyggende trening. Det er utrolig mye som utøvere kan gjøre selv med å forebygge skader.

Mandag startet første økt med Bosco test. Sportsutvalget har foreslått å starte med et testregime for både å avdekke svakheter og ikke minst ha en mulighet for å vite for forsterkninger skal settes inn hos den enkelte. Resultatet avdekket at mange er på et nivå som gir mulighet for betydelig forbedringer..

NVF satt opp et mål hvor 6 menn skal være over 370 poeng i 2016 samt at 6 kvinner skal være over 210 poeng.

Aktive deltakere på samlingen var:

Ruth Kasirye	Tønsberg-Kameratene
Sarah Øvsthus	Flaktveit IK
Sandra Trædal	Tambarskjelvar IL
Marit Årdalsbakke	Tambarskjelvar IL
Jantsen Øverås	Tambarskjelvar IL
Tore Gjøringbø	Tambarskjelvar IL
Sindre Rørstadbotnen	Tambarskjelvar IL
Vebjørn Varlid	Tambarskjelvar IL
Håvard Grostad	Nidelv IL

Treningssamling TIS 7. - 11. november.

Deltakere:

Rebekka Jacobsen	Larvik AK
Sandra Trædal	Tambarskjelvar IL
Marit Årdalsbakke	Tambarskjelvar IL
Ruth Kasirye	Tønsberg-Kameratene
Jantsen Øverås	Tambarskjelvar IL
Sindre Rørstadbotnen	Tambarskjelvar IL
Kim Eirik Tollefsen	Stavanger VK
Daniel Roness	Spydeberg Atletene
Vebjørn Varlid	Tambarskjelvar IL
Jarleif Amdal	Tønsberg-Kameratene

Fredag gjennomgikk Odd Gunnar Røyseth fra sportsutvalget statusen med treningsregistreringen. Om ettermiddag foreleste Lubomir Kafonek om mobilitetstrening. Han presiserte at det var svært viktig å tilstrebe en god mobilitet både for å kunne utføre teknisk gode løft samt å unngå skader.

Deretter ble dokumentet som skulle danne grunnlaget for en søknad om økonomisk støtte fra OLT presentert av sportssjefen. Planen inneholdt bl.a. en beskrivelse av de erfaringene

som ble vunnet etter Prosjekt Atlanta. Samtidig en nå situasjon og deretter hva kreves av oss fremover ift de målsettingene som Styret har satt etter samråd med klubblederne ved klubbledersamlingene.

De aktive trente en formiddag økt og en ettermiddag økt under ledelse av den internasjonale anerkjente treneren fra Latvia, Eduards Andruskevics. Han hadde tre gode unge lovende løfter med til Norge, slik at vi fikk se hvordan de trente. Alle tre hadde tatt medaljer i forskjellige europeiske mesterskap.

Lørdag morgen.

Dagen startet med en orienterte med Odd Gunnar videre om treningsregistreringen. Da var alle til stede både trenere og aktive. En registrerer at det er et økende antall som registrer sin trening, hvilket er positivt ift til det antall som er satt i HP 2014.

Senere på dagen informerte Camilla Carlsen om seksuell trakassering og hvordan en skal forholde seg til det. Her ble det gitt opplysninger om sidene som NIF har om temaene. Deretter hadde fysioterapeut Lubomir Kafonek om mobilitetstrening. Et interessant foredrag som de fleste mente var svært nyttig. Da de aktive så dro på trening gjennomgikk sportssjefen Norges Vektløfterforbunds prosjekt plan som skulle vedlegges søknaden til OLT om økonomisk støtte for 2013. Planen inneholdt bl.a. en beskrivelse av de erfaringene som ble vunnet etter Prosjekt Atlanta. Samtidig en beskrivelse av nåsituasjon og deretter hva som kreves av oss fremover ift de målsettingene som inneværende SP periode inneholder.

Søndag morgen

Først på agendaen med alle til stede, aktive og trenerne, var antidoping arbeidet i Norges Vektløfterforbund. Her ble vist til de elektroniske informasjonsverktøyene som, ren utøver, rent idrettslag, osv.

Forholdsvis mye tid ble brukt til informasjon om Whereabout og Norges Vektløfterforbunds arbeid vedrørende dette. Dvs å være registrert der er en kontrakt mellom den aktuelle utøveren og Antidoping Norge.

Søndag ettermiddag ble viet testing, Hiskias modell. Her gjennomførte ikke alle denne testingen, noe det vil stilles strengere krav til ved senere anledninger.

Denne testingen fortsatte mandag.

NVFs sommerskole 2013

TK hallen og Tønsberg-Kameratene var igjen vertskap for NVFs sommerskole. 11.-16. august var 14 deltakere fra 6 klubber samlet for vektløfting og sosialt samvær i Tønsberg. Samlingen og alle treningene ble ledet av Jan Robert Solli fra Tønsberg og Jostein Frøyd fra Larvik. Mandag morgen var alle 14 klare for trening, og lokalet til TK var fylt opp av 14 ivrige ungdommer.

Tirsdag morgen etter frokost gikk alle igjennom Modul 1 av idrettsernæring på nettsiden sunnjenteidrett.no, den bestod av 9 forskjellige emner om grunnleggende kunnskap i idrettsernæring og tilslutt 20 spørsmål om det de hadde vert igjennom. Onsdag kveld ble det gjennomført Modul 2 av idrettsernæringen, som var en modul med noe repetering av del 1 og noe nytt og nye 20 spørsmål.

Torsdag var det tid for 5-kamp stevne. Det ble kjørt i 2 puljer, med jentene i første pulje og guttene i andre pulje. Blant jentene sto Rebekka Tao Jacobsen for den beste prestasjonen med 741 poeng, hun gjennomførte med personlig rekord i støt på 66 kg og i 3 hopp med 6,9 meter. På plassen bak fulgte Nora Skuggedal som denne gangen i 5 kamp, klarte og snike seg foran begge Dagsland søstrene.

Blant guttene var det Even Walaker som ble best i 5 kamp stevnet, han fikk 853 poeng som er et flott resultat. Even deltok ikke på samlingen men løfter i arrangør klubben og fikk derfor delta. Bak Even fulgte Johan Fredrik Murberg med 836 poeng.

Takk til TK gjengen Per Marstad, Sigurd Hedberg, Jarleif Amdal, Even Walaker og Kim Eirik Tollefsen for hjelp til kjøring til flyplass og strandturer, og til gjennomføring av 5-kamp stevnet.

Deltakere:

Eskil Andersen	Stavanger VK	4025 Stavanger
Johan Fredrik Murberg	Larvik AK	3269 Larvik
Jo-Magne R. Elden	Nidelv IL	7822 Bangsund
Kamilla Wisth	Nidelv IL	7033 Trondheim
Sunniva Block	Nidelv IL	7024 Trondheim
Marthe Dagsland	Haugesund VK	5518 Haugesund
Linn Therese Dagsland	Haugesund VK	5518 Haugesund
Rebekka Tao Jacobsen	Larvik AK	3268 Larvik
Nora Skuggedal	Larvik AK	3267 Larvik
Runar Klungervik	Hitra VK	7240 Hitra
Ole Magnus Strand	Hitra VK	7240 Hitra
Tenho Emil Olsen Ylitalo	Stavanger VK	4016 Stavanger
Izak Süssmann	Stavanger VK	4042 stavanger
Benjamin Winås	T&IL National	1659 Torp

Instruktør

Jan Robert Solli - Jostein Frøyd

Møte med NIF/Olympiatoppen på Ullevål stadion torsdag 7. november.

Møteleder var Øyvind Dahle som daglig er ass. generalsekretær i NIF, mens Marit Breivik var assistent til møteleder. Møtt fra NVF sportssjef Arne Grostad.

Bakteppe for møtet var som det sto i invitasjonen:

Idrettsstyret vedtok 24. juni 2013 å følge opp anbefalingene fra det eksterne toppidrettsutvalget. Herunder spesielt det med å styrke regionale kompetansesenter og utviklingen av toppidretten regionalt. Det være seg særskilt å ta vare på utøvere, trenere og ledere som viser gode evner og sørge for at utviklingsmiljøene fortsetter å skape bredde og kvalitet i den helhetlige utviklingen.

En styringsgruppe (SG) er nedsatt og denne skulle fritt trekke til seg spisskompetanse og legge vekt på god dialog med relevante representanter fra særforbundene. SG legger den eksterne toppidrettsutvalgets rapport "Den norske toppidrettsmodellen - norsk toppidrett frem til 2022" til grunn for sitt arbeid. I tillegg vil SG tilstrebe en god faglig forankring på et grunnleggende nivå for å gjøre gode rolleavklaringer og bygge realistiske modeller. Her vil en involvere både særforbund, idrettskretsene og de regionale kompetansesentrene. Dessuten utøveren komiteen.

Sportslig ledelse og landslagsledelsen spesielle betydning.

SG har tatt utgangspunkt i at alle utøvere rekrutteres og utvikles i lokalmiljø før de trenger utvidet stimulering og tilrettelegging for å videreutvikle sitt potensial.

Her ønskes det støtte i form av kompetanse fra de som måtte ha denne, herunder særforbundene. Her er en utviklingstrapp -utviklingsløp fra A til Å.

Dagsorden i møtet "SAMRÅD OM TOPPIDRETT"

1. Hva skal til for at flere ungdommer med idrettslige ambisjoner skal sikres mulighet for å utvikle seg optimalt i eget oppvekstmiljø.?
2. Hvordan er talentene fordelt geografisk? Ser SF behov for å samle utøverne i felles kraftsentre/utviklingsmiljøene?
3. Hvordan ser man utviklingen av regionalt felles utvikling eller Toppidrettssentret? Hvilke funksjoner og fagkompetanse vil være nyttige å ha tilgang til, hvilke utøvere bør de jobbe med, og hvordan bør samarbeidet med særforbundet foregå.?

Det SS sitter igjen med etter møtet var hvor sterkt OLT presiserte at de ønsket å styrke innsatsen regionalt, altså mest mulig der hvor utøverne er daglig. Der en har skole, utdanning, jobb, familie osv. At det burde være kraftsentre eller regionale sentre med stor kompetanse. Her er det en utfordring eller oppfordring om både å styrke og benytte kretsene. Det ble oppfordret til de møtte SF å komme med innspill hvor skoen trykkes i de forskjellige forbund.

Det ble senere gjort i et internett basert svar etter tilsendt link fra OLT.

Møte med NIF/Olympiatoppen på TIS 19. desember.

Møtt fra NVF sportssjef Arne Grostad.

Olympiatoppen hadde invitert til en presentasjon av ny, differensiert modell for oppfølging av idretter. Møtet var aktuelt for samtlige idretter med toppidrettsambisjoner som det sto i invitasjonen Det var toppidrettssjef Tore Øvrebø som åpnet møtet med å beskrive dagens situasjon. I starten av referatet tar jeg med info vedrørende beskrivelsen av OLT som ble nevnt på møtet, som også er offisiell på deres hjemmesider.

Coach Michael Jørgensen gikk så gjennom den nye modellen. OLT vil styre etter en vurdering av idretter som kvalifiserer seg i NIVÅ 1, NIVÅ 2 og NIVÅ 3.

Når det gjelder de to første nivåene så er det landslags modell hvor det er stipender og med utøvere som jevnlig presterer i EM, VM og OL i form av medaljer. Dette er ikke noe nytt. Nivå 3 vil bestå av idretter med toppidrettsambisjoner som ikke er kvalifisert inn i nivåene ovenfor. Og arbeidet med de idrettene vil bli på en annen måte i form av større møter og samlinger felles for alle. En kan si at nivå 3 består av utviklingsidretter, det er naturlig å tro at vektløfting kommer i dette nivået ut i fra de krav som satt.

Andre kriterier som vil bli tatt hensyn til hvor den enkelte idrett vil bli plassert er

- Nærhet til verdenseliten
- Nivå og internasjonal utbredelse
- Betydningen i norsk idrett
- Overføringsverdi til andre idretter

Målsettingen i nivå 3 vil være å skape utvikling og fremgang. Det vil skapes arenaer for nivå 3 idrettene hvor trenere og sportssjefer møtes og diskuterer.

Her vil planer følges opp, og en evaluering av disse. Michel mente det var veldig mye spiss kompetanse i de enkelte SF som hadde en overføringsverdi for alle.

Case – jobbing på tvers av SF.

OLT vil, for å følge med om pilen går opp eller ned, komme i gang med en sentral resultatdatabase hvor alle resultater i samarbeidsidrettene deres skal registrere sine resultater. Oppstart av det nye opplegget vil være et møte på TIS 29. januar 2014 hvor sportssjefer og trener i de forskjellige SF skal møtes.

Større stevner.Reykjavik International Games.

Norge deltok med to deltakere i Reykjavík Games 26. januar, Yngve Apneseth og Marit Årdalsbakke fra Tambarskjelvar IL. Yngve ble nummer 3 i sinclair blant de 9 mannlige deltakerne med 328,4 poeng. Blant de 7 startende jentene ble Marit nummer 5 med 190,7 poeng.

Landskamp

Sverige (i Landskrona) var årets arrangør den etterhvert tradisjonelle landskampen mellom Norge, England og Sverige. Det skulle vise seg at England nok en gang var beste nasjon, mens Norge denne gangen bare var 6 poeng bak Sverige i kampen om andrelassen.

Hans Sande i fra IL Brodd og Ole Magnus Strand fra Hitra VK var Norges lag i ungdomsklassen. I rykk fikk både Hans og Ole Magnus 82 kg. I støt ble sluttresultatet 107 kg for Hans, mens Ole Magnus ble stående med 110 kg.

De kvinnelige norske representantene denne gangen var Sandra Trædal, Tambarskjelvar IL, og Sarah Hovden Øvsthus, Flaktveit IK. Sandra ble stående med 52 kg i rykk mens Sarah rykket både 52 kg og 55 kg. I støt viste Sandra seg frem med å sette personlig rekord med 71 kg. Sarah fikk til slutt 66 kg.

I junior stilte Kristian Hellenen, Vigrestad IK, og Tore Gjølringbø, Tambarskjelvar IL. Tore var først ute, og han viste god form med å rykke 112 kg, Kristian rykket både 125 kg og 130 kg. I støt ble Tore stående med 142 k som godkjent vekt mens Kristian ble stående med 155 kg som sitt beste resultat.

Senior løfterne var Per Hordnes, AK Bjørgvin, og Kim Eirik Tollefsen, Stavanger VK. Per fikk 135 kg som godkjente resultat i rykk mens Kim Eirik fikk 144 kg. I støt fikk Per sitt første forsøk på 170 kg, Kim Eirik fikk godkjent 180 kg gikk derfor greit. Lagledere var Steinar Kvame og Arne Grostad.

NM senior og veteran 2013. Arrangør Larvik AK.

Larvik AK sto som arrangør av årets hovedmesterskap. Jostein Frøyd, Aage Sletsjøe, Øistein Smith Larsen var nok de som dro det tyngste lasset i fra arrangøren sin side. Det var hele 145 deltakere i år, en betydelig økning fra forrige år. I NM Senior var det 51 deltakere i herreklassen og 32 deltakere i kvinne klasen som stilte opp.

Kampen om kongepokalen for menn skulle vise seg å stå mellom Kim Eirik Tollefsen, Stavanger VK, og Jarleif Amdal, Tønsberg-Kameratene. Jarleif hadde bra uttelling både i rykk og støt mens Kim Eirik bare fikk startvekten i rykk. Men ved å støte hele 186 kg i sitt andre forsøk gikk han forbi Jarleif sin poengsum.. Dermed vant Kim Eirik sin første kongepokal med poengsummen 356,57. Stavanger VK har flere kongepokaler fra tidligere år. Det var tvillingene Bjørnsen med Kjell som vant de to første pokalene i 1965 og 1966. Deretter overtok Tore med tre pokaler de neste tre årene. Og sannelig deltok ikke nettopp den gode Tore i 2013 i veteranklassen med et resultat som gjorde han ble beste veteran løfter! Dermed «the double» for SVK i år.

Bestepokalen for kvinner hadde en sikker vinner Anja-Evelin Jordalen, AK Bjørgvin. Hun løftet i kjent fin stil og det var ingen i nærheten av henne om kongepokalen. Nærmeste kvinne ble Elisabeth Holmstrøm fra Trondheim AK og med Sandra Trædal, Tambarskjelvar IL, som nummer tre. Det var disse som var over 200 sinclair poeng denne gangen

Beste veteran ble som tidligere nevnt, den gamle toppløfteren Tore Bjørnsen, Stavanger VK, foran en fersk veteran Ronny Matnisdal, Vigrestad IK. Jan Nystrøm fra Trondheim AK ble tredje beste veteranløfter.

Veteranrekorder for menn satt i NM 2013:

Ronny Matnisdal, Vigrestad IK, (M1) i klasse 77 kg med et rykk på 130 kg.

Jan Robert Solli, Tønsberg-Kameratene, (M2) i klasse 77 kg med et støt på 124 kg.

Bjørnar Olsen, Grenland AK, (M4) 85 kg med 96 kg i rykk og 215 kg sammenlagt.

Bernt Petter Andersen, Stavanger VK, (M5) i klasse +105 kg med 131 kg i støt.

Johan Thonerud, Spydeberg Atletene, (M6) i rykk med 84 kg og i støt med 108 kg, dermed rekord også sammenlagt 192 kg.

Tore Bjørnsen, Stavanger VK, (M8) i klasse 77 kg med 68 kg i rykk, 79 kg i støt og 147 kg sammenlagt.

Kolbjørn Bjerkholt, Larvik AK, (M8) i klasse +105 kg med 90 kg i støt og 157 kg sammenlagt.

Johan Nystrøm, Trondheim AK, (M9) i klasse 85 kg med 60 kg i rykk.

Veteran kvinner:

Beste veteran ble Ann Beatrice Høien, Vigrestad IK. Nummer to i rankingen ble Line Søfteland, Flaktveit IK, med Astrid Marie Barrusten, Nidelv IL, på tredjeplass.

Veteranrekorder for kvinner:

Astrid Marie Barrusten, Nidelv IL, (K1) i klasse +75 kg med 38 kg i rykk, 52 kg i støt og 90 kg sammenlagt.

Line Søfteland, Flaktveit IK, (K2) i klasse 63 kg med 44 kg i rykk, 59 kg i støt og 103 kg sammenlagt.

Kvinne klassene senior.

Klasse 48 kg: Recbekka Tao Jacobsen, Larvik AK, (45 – 60) vant foran Lene Østvik, Trondheim AK (43 – 58).

Klasse 53 kg: Fremadstormende Sandra Trædal, Tambarskjelvar IL, (56 – 74) vant klassen foran lovende Sarah Hovden Øvsthus, Flaktveit IK, (55 – 71). Camilla Carlsen, AK Bjørgvin, hentet hjem en bronsemedalje (54 – 65).

Klasse 58 kg: Her vant Line Rossvoll, Trondheim AK, (45 – 65) foran junioren Helene Angelica Markhus, Flaktveit IK, (48 – 62). Bronse til ungdomsløfter Marte Dagsland, Haugesund VK, (45 – 59).

Klasse 63: Her ble det overraskende seier til Ina Andersson, Oslo AK, (63 – 75), sølv til Janne Grostad, Nidelv IL, (60 – 75) og bronse til Lise Indrehus, Stavanger VK. Favoritten Marit Årdalsbakke, Tambarskjelvar IL, røk ut i rykk.

Klasse 69 kg: Her ble det en klar seier til Anja-Evelin Jordalen, AK Bjørgvin. Hun rykket 81 kg og støtte 104 kg. Nummer to ble Ingvild Brynjulfsen, Trondheim AK, (61 – 72) og med bronse til Rebecca Tiffin, Oslo AK.

Klasse 75 kg: Elisabeth Holmstrøm, Trondheim AK, (77 – 91) vant denne klassen. Sølv til Marte Rygg Årdal, Tambarskjelvar IL, (69 – 90). Bronse til Linn Therese Dagsland, Haugesund VK, (67– 80).

Klasse pluss 75 kg: Guro Bjørke, AK Bjørgvin, (63 – 82) ble norsk mester. Sølvmedalje til Else-Mari Rygg Lind, Trondheim AK, (62 – 77) og med bronsemedalje til Renate Loraas, Larvik AK, (51 – 82).

Herrer klassene:

Klasse 62 kg: Ble vunnet av første års senior Thomas Eide, Stavanger VK, (94 – 114). Sølvmedalje til Lars Åstveit, Flaktveit IK, (68 – 87).

Klasse 69 kg: Favoritt seier til juniorløfteren Jantsen Øverås, Tambarskjelvar IL, (105 – 125). Sølvmedalje til lovende Daniel Roness, Spydeberg Atletene, (90 – 120). Bronse medalje til Ole Martin Aas, T&IL National, (82 – 100).

Klasse 77 kg: Master løfter Ronny Matnisdal, Vigrestad IK, (130 – 142) vant klassen. Nidelvs Aleksander Hanssen tok her sølv (108 – 126). Bronsemedalje til Steinar Kvame, Tambarskjelvar IL, (109 – 125).

Klasse 85 kg. Jarleif Amdal, Tønsberg-Kameratene, vant gull (133 – 165) foran Håvard Grostad, Nidelv IL, (132 – 160), mens bronsemedaljen gikk til lovende Tore Gjølringbø, Tambarskjelvar IL, (115 – 151).

Klasse 94 kg: Her vant etter meget god løfting Sindre Rørstadbotnen, Tambarskjelvar IL, (135 – 171). Sølvmedalje til Sebastian Farnen, Larvik AK, (120 – 161) mens bronsemedaljen havnet hos Runar Stikkholmen, AK Bjørgvin, (125 – 148).

Klasse 105 kg. Øystein Robberstad, Gjøvik AK, vant (140 – 168) foran Børge Aadland, AK Bjørgvin, (128 – 170). Bronsemedalje til Kristian Hellenen, Vigrestad IK, (135 – 161).

Klasse pluss 105 kg: Kim Eirik Tollefsen, Stavanger VK, (140 - 186) var suveren i klassen samtidig som han fikk mesterskapets høyeste sinclair poeng og dermed vinner av HMK Pokal. Vigrestad IKs Jon Petter Ueland (124 – 153) tok sølvmedaljen i klassen mens Geir Johansen, Lenja AK, (115 – 150) fikk bronsemedaljen.

Statistikk de siste årene:

Klubb	År	I alt	NM senior	Veteran	Kvinner	Bare NC
Vigrestad IK	1999	70		27	3	
Førde IL	2000	65		28	3	
Vigrestad IK	2001	72		27	6	
Trondheim AK	2002	74		28	4	
Vigrestad IK	2003	76		28	8	
Trondheim AK	2004	73		33	4	
T & IL National	2005	67		24	5	
Tambarskjelvar IL	2006	54		25	3	
Tønsberg-Kam.	2007	63		31	2	2
Vigrestad IK	2008	59	40	26	7	3
Spydeberg Atletene	2009	73	44	38	10	2
Trondheim AK	2010	79	53	27	16	6
AK Bjørgvin	2011	82	55	31	18	3
Tambarskjelvar IL	2012	79	48	28	14	10
Larvik AK	2013	145	87	39	36	19

Fordeling på klubber inkludert veteraner og Norges cup.

Klubb	Kvinner	Menn	Veteran	NC	Totalt
Tambarskjelvar IL	3	5	0	0	8
AK Bjørgvin	8	3	2		13
Trondheim AK	6	11	8	4	23
T & IL National		2	1	3	7
Nidelv IL	1	4	4		9
Tønsberg-Kameratene		5	2		7
Haugesund VK	2	1	1		4
Vigrestad IL	2	5	2	1	8
Larvik AK		4	4		4
Stavanger VK	3	4	4	3	14
Spydeberg Atletene	3	3	3	6	12
Gjøvik AK		5			5
Flaktveit IK	5	1		1	7
Oslo AK	2	0	1		3
Tysvær VK		1	1		1
IL Kraftsport		1	1		2
Hitra VK					
Lenja AK		1	2		3
Lørenskog AK	1	1			2
Grenland AK		1	1		2

I Norgesmesterskapet blant menn var det var 14 løfter som gjorde over 300 poeng i år (18 i 2010 – 15 i 2011 – 12 i 2012), deriblant tre juniorer og to veteraner. Klubber som hadde deltakere med mer enn en løfter med 300 poeng:

Klubb	2011	2012	2013		
Tambarskjelvar IL	4	3	3		
AK Bjørgvin	3	2	2		
Nidelv IL	2	2	1		
Vigrestad IK	2	2	2		
T&IL National	1	1	1		
Gjøvik AK	1	0	1		
Haugesund VK	1	0	0		
Tønsberg-Kameratene	1	2	1		
Stavanger VK			2		
Larvik AK			1		

Blant kvinner var det var 9 løfter som gjorde over 180 poeng deriblant to juniorer. Klubber som hadde deltakere med 180 poeng var:

Klubb			2013		
Tambarskjelvar IL			2		
AK Bjørgvin			2		
Nidelv IL			1		

Oslo AK			1		
Flaktveit IK			1		
Haugesund VK			1		
Trondheim AK			1		

Blant løftere som bare konkurrerte i Norges cupen for menn var Aleksander Tkachenko, Vigrestad IL, klart beste løfter med 111 kg og 147 kg.

NM ungdom 2013.

Vigrestad IK arrangerte årets norske ungdomsmesterskap.

Klasse 50kg

Denne klassen ble vunnet av Morten Stavnesli, Nidelv IL. Han rykket 36 kg og støtte 52 kg som var personlige rekorder. Sølv til Kim A. Kværnø, Hitra VK, fikk 33 kg i rykk og 47 kg i støt. Runar Scheie, Hitra VK, fikk bronsemedalje med resultatet 30 - 48. Deretter fulgte Marius Haranes, Hitra VK, som veide 35,77 kg og løftet 30 kg i rykk og 40 kg i støt. Nummer fem ble Even Kongsvik Lien, Tambarskjelvar IL, med resultatet 30 - 40. Nummer seks ble Sander Stokkeland, Stavanger VK med 26 i rykk og 36 kg i støt.

Klasse 56 kg

Gull til Aleksander Kolstø Våge, Tysvær VK, med 52 kg i rykk og 65 kg i støt.

Klasse 62kg

Gull til Runar Klungervik, Hitra VK, med 70 kg i rykk og 86 kg etter god løfting. Sølvmedalje til Eskil Andersen, Stavanger VK, med 64 kg i rykk og 77 kg i støt. Bronsemedalje til Nicolai Pedersen, Larvik AK, med 64 kg i rykk og 72 kg i støt. Fjerdeplassen gikk til Jonas Helgheim, Tambarskjelvar IL, med 50 kg i rykk og 62 kg i støt. Nummer fem ble Tollak Hetland Mong, Vigrestad IK, med 42 kg i rykk og 56 kg i støt. Karl Petter Ulvan, Hitra VK, 59 kg i rykk, men måtte gi seg i støt etter første forsøk på 74 kg.

Klasse 69 kg

Gull til Johan Espedal, Trondheim AK, etter fin innsats med 72 kg i rykk og 97 kg i støt. Sølvmedalje til Vemund Holstad, Tambarskjelvar IL, med 65 i rykk og 88 kg i støt. Bronsemedalje til Steffen Skjærli, Tambarskjelvar IL, med 57 kg i rykk og 70 kg i støt. Nummer fire ble Petter Nilsen, Stavanger VK, med 37 kg i rykk og 70 kg i støt. Nummer 5 ble Irak Süßmann, Stavanger VK, med 40 kg i rykk og 50 kg i støt.

Klasse 77 kg

Gullmedalje til favoritten Hans Sande, IL Brodd, med 82 kg i rykk og 110 kg i støt. Sølvmedalje til Jo-Magne Rønning Elden, Namsos VK, med 80 kg i rykk og 100 i støt. Bronsemedalje til Bjarne Bergheim, Breimsbygda IL, med 66 kg i rykk og 90 kg i støt. Fjerdeplass til Peter Wilke, IL Brodd, med 69 kg i rykk og 84 kg i støt. Femteplass til Tenho E. Olsen Ylitalo, Stavanger VK, med 66 kg og 65 kg i støt. Sjetteplass til Joakim Snildal, Tambarskjelvar IL, med 58 kg i rykk og 71 kg i støt. Nummer syv ble Mathias Aase, Tambarskjelvar IL, med 56 kg i rykk og 68 kg i støt.

Klasse 85 kg

Gullmedalje til Ørjan Rullestad, Tysvær VK, med 75 kg i rykk og 100 kg i støt.
 Sølvmedalje til Joachim Heier, Flaktveit IK, med 77 kg i rykk og 97 kg i støt.
 Bronsemedalje til Mats Røst Kjørsvik, Nidelv IL, med 77 kg i rykk og 90 kg i støt.
 Nummer fire i klassen ble Simon B Kværnø, Hitra VK, med 51 kg i rykk og 70 kg i støt.

Klasse 94 kg

Gullmedalje til Ole Magnus Strand, Hitra VK, med 90 kg i rykk og 117 kg i støt.
 Sølvmedalje til Svenn-Arne Bjørkelo, Breimsbygda IL, med 85 kg i rykk og 95 kg i støt.
 Bronsemedalje til Per Kristian Sørensen, Nidelv IL, med 60 kg i rykk og 79 kg i støt.
 Nummer fire ble Ole-Kristoffer Sørland, Breimsbygda IL, med 55 kg i rykk og 66 kg i støt.
 Nummer fem ble Asbjørn Kottum, Nidelv IL, med 42 kg i rykk og 55 kg i støt.

Klasse +94 kg.

Gullmedalje til Andreas Fosse Meling, Stavanger VK. Han fikk 83 kg i rykk og 115 kg i støt.
 Sølvmedalje til Andre Gåsemyr, Breimsbygda IL, som fikk 85 kg i rykk og 94 i støt.
 Bronsemedalje Jim André Sørå, Nidelv IL, som rykket 70 kg og fikk 90 kg i støt.

Europamesterskapet for senior i Tirana, Albania.

Anja-Evelin Jordalen, AK Bjørgvin, viste toppform og fikk 83 kg i rykk og 105 kg i støt i klasse 63 kg. Alle støtene var meget solid gjennomført. Totalt sett endte hun dermed på en imponerende bra 6. plass i klassen. Senere ble hun flyttet opp en plass da en av hennes konkurrenter ikke hadde «rent mel i posen».

Elisabeth Holmstrøm, Trondheim AK, i klasse 75 kg innledet med et greit løft på 75 kg før hun slurvet bort 77 kg i andre forsøk. I tredje forsøk satte hun imidlertid vekta på plass, og ble stående med 77 kg i rykk i protokollen. Men med tre bom i overstøt på 90 kg var Elisabeth ute av EM-konkurransen.

Jarleif Amdal, Tønsberg-Kameratene, i klasse 85 kg ble stående med seks godkjente løft og 134 kg i rykk og 166 kg i støt. Meget god innsats, han ble nummer 13 med sine 300 kg sammenlagt.

Per Hordnes, AK Bjørgvin, i klasse 105 kg fikk 142 kg i rykk og 180 kg i støt, dette ga 322 kg sammenlagt som igjen utgjorde 363 sinclair poeng. Han ble nummer 15 i klassen.

Kim Eirik Tollefsen, Stavanger VK, i pluss 105 kg viste "supermanntakter" da han satte punktum for den norske innsatsen under EM med 150 kg i rykk og 193 kg i støt. Dermed oppnådde Tollefsen 369,18 sinclair poeng og ble best av de norske under EM. Han ble nummer 11 i klassen som ble vunnet på et resultat nært 100 kg mere.

EM for ungdom Klaipeda, Litauen

Rebekka Tao Jacobsen, Larvik AK, viste god innsats i EM for ungdom under 17 år som ble arrangert i Klaipeda, Litauen. Hun satte 15 nye rekorder i løpet av dagen med 5 i hver av kategoriene ungdom, junior og senior. Rebekka ble stående med 52 kg i rykk. I støt ble hennes gjeldende resultat 66 kg, totalt 118 kg. Dette holdt til en flott 5 plass i klassen 48 kg.

EM for junior og U23 i Tallinn, Estland

EM Junior

Norske deltakere var for gutter:

Jantsen Øverås, Tambarskjelvar IL, i klasse 69 kg. Resultatet i rykk og støt ble 106 kg og 128 kg som medførte at han ble nummer 10 i klassen totalt. Av de totalt startende i mesterskapet på 80 gutter løftere ble Jantsen nummer 68 i poeng med 317,91 poeng.

Norske deltakere var for jenter:

Sarah Hovden Øvsthus, Flaktveit IK, deltok i klasse 53 kg. Hennes resultat ble 61 kg i rykk og 75 kg i støt. God innsats av Sarah som ble totalt nummer 6 i klassen. Totalt 46 løftere startet i mesterskapet og Sarah ble av disse nummer 39 i poeng med 215,96 poeng

EM U23 år

Norsk deltaker for menn var Sindre Rørstadbotnen, Tambarskjelvar IL, i klasse 94 kg. Med 130 kg i rykk og 170 kg i støt ble den totale plasseringen nr. 6 med 300 kg sammenlagt. Totalt antall deltakere i mesterskapet var 54 og av disse ble Sindre nr. 46 med 342,51 poeng.

Norsk deltaker for jenter var Sandra Trædal, Tambarskjelvar IL. Hun deltok i klasse 53 kg. Dessverre røk hun ut i rykk på 56 kg. I støt ble det første forsøket på 73 kg som ble gjeldende, Ingen resultat i rykk og sammenlagt for Sandra, i støt ble hun nummer 6 med 73 kg.

Hovedleder Arne Grostad og trener var Gunnar Reiakvam.

NM 5 kamp.

Ronny Matnisdal, Vigrestad IK, ble beste herreløfter i NM 5-kamp. Etter en god vektløfteromgang med 127 kg i rykk og 145 kg i støt var det bare for Ronny å bruke sine gode fysiske ferdigheter i trekamp øvelsene for å sikre seieren. Poengsummen 984,21 må være en av de høyeste oppnådde i Norge noen gang.

Nummer to ble fremgangsrike Daniel Roness fra Spydeberg Atletene med 961,15 poeng. Han fikk 93 kg i rykk og 125 kg i støt, noe under sine personlige rekorder denne gangen. Bronsemedalje til fjorårsmeisteren Håvard Grostad, Nidelv IL. Denne gangen ble vektløfteromgangen for svak med bare begynnerløftene.

Etter medaljene kom Jarleif Amdal, Tønsberg Kameratene, med 936,92 foran Per Hordnes fra AK Bjørgvin med 936,92 poeng. Han er i svært god form for tiden og ble igjen beste løfter uansett klasse i to kampen. Deretter var det moro med Gjøvik AK sin Michael Rosenberg som viste seg å være en spreking. Poengsummen hans ble 910,82 og ble nummer seks.

I klasse gutter 13 - 14 år ble Eskil Andersen, Stavanger VK, beste løfter etter god innsats. Han ble stående med 788,80 poeng foran Oscar Emil Wavold, Nidelv IL, med 711,55 poeng, mens Steffen Skjærli, Tambarskjelvar IL, kapret bronsemedaljen med 599,94 poeng.

I klasse gutter 15 - 16 år vant Vemund Holstad, Dale IL, med 720,60 poeng, mens Aleksander Kolstø Våge, Tysvær VK, vant sølv. Bronsemedaljen gikk til Jonas Helgheim, Tambarskjelvar IL, med 617,96 poeng.

I klasse 17 - 18 år var Johan Fredrik Murberg, Larvik AK, beste 5-kamp kjemper med 884,82 poeng. Nummer to ble Marvin Arntsen, Vigrestad IK, med 834,82, mens tredjepllassen ble tildelt Tore Gjøringbø, Tambarskjelvar IL, med 818,80 poeng.

NM 5 kamp jenter

Totalt ble Sarah Hovden Øvsthus, Flaktveit IK, beste kvinnelige 5-kamp utøver med 860,53 poeng foran Rebekka Tao Jacobsen, Larvik AK, med 756,40 poeng. Tredje beste ble Ingvild Brynjulfsen, Trondheim AK, med 702,13 poeng.

I jenteklassen 13 - 14 år ble lovende Marthe Dagsland fra Haugesund VK beste løfter. Hun var i meget god form og fikk 635,68 poeng. I vektløfterdelen klarte hun 56 kg i rykk og 67 kg i støt, som ga 164,33 poeng. Hun forsvarte dermed seieren fra i fjor i samme alderskategori.

Jenteklassen 15 - 16 år ble Nora Skuggedal fra Larvik AK vinner med 653,52 poeng. Hun rykket 50 kg og fikk 68 kg i støt.

Nummer to ble Beatrice Llano fra Flaktveit IK, som fikk 595,22 poeng.

Klar vinner i 17 - 18 år ble Rebekka Tao Jakobsen fra Larvik AK med 756,40 poeng. Hun satte norsk ungdoms rekord i støt klasse 53 kg med 69 kg. Dessuten norsk rekord i ungdom sammenlagt med 123 kg. Hun fikk 54 kg i rykk.

Sølvmedalje ble det på Linn Therese Dagsland fra Haugesund VK som ble stående med 664,25 poeng. Hun får ikke ut det hun er god for enda, men det kommer.

Nummer tre ble Helene Angelica Markhus, Flaktveit IK, med 637,74 poeng. Dermed fikk alle som startet i denne pulsen en medalje.

Jenteklassen + 18 år ble Sarah Hovden Øvsthus fra Flaktveit IK sikker vinner etter meget bra løfting. Hun fikk hele 860,53 poeng. Hun satte norske junior rekorder i klasse 53kg i rykk med 61 kg, sammenlagt med 136 kg og til slutt norsk rekord sammenlagt for senior med 136 kg. I sinclair poeng fikk hun gode 213,26 poeng.

Sølv gikk til "trønderjenta" Ingvild Brynjulfsen fra Trondheim AK med 702,13 poeng.

Dette etter en noe dramatisk start i rykk med to bom på 67 kg i rykk før den satt i det tredje forsøket. I støt klarte hun 87 kg. Bronsemedaljen havnet hos Marianne Hasfjord fra AK Bjørgvin med 685,10 poeng. Her var rykk og støt resultatet hhv 59 kg og 80 kg.

Utenfor konkurransen deltok Lene Berntsson fra AK Bjørgvin og fikk den gode poengsummen 900,14 poeng.

Norges cup, omgang 3

For menn som nevnt var Per Hordnes, AK Bjørgvin, beste løfter med 142 - 175 og 358,52 poeng. Nummer to ble Jarleif Amdal, Tønsberg-Kameratene, med 357,97 poeng, tredjemann ble Ronny Matnisdal, Vigrestad IK, med 348,50 poeng. Nummer fire, også fra Vigrestad IK, var Aleksander Tkachenko 338,37 poeng, foran Håvard Grostad, Nidelv IL, som fikk 337,65 poeng.

I kvinne klassen var Lena Berntsson, AK Bjørgvin beste løfter med 239,48 poeng foran Sarah Hovden Øvsthus, Flaktveit IK, med gode 213,26 poeng, mens fremadstormende Rebekka Tao Jacobsen, Larvik AK, ble tredje beste jente med ny beste poengsum 198,57 poeng. Ingvild Brynjulfsen, Trondheim AK, ble nummer fire med 190,62 poeng og femte beste kvinne ble Linn Therese Dagsland, Haugesund VK, med 172,61 poeng.

Nordisk mesterskap for senior og klubblag i Akureyri 16. – 18. august 2013

Ruth Kasirye, Jantsen Øverås, Jarleif Amdal og Per Hordnes ble nordiske mestre.

Per Hordnes, AK Bjørgvin, gjorde det beste norske og nordiske resultatet og ble nordisk mester i klasse 94 kg. Resultatet ble 143 i rykk og 180 kg i støt. Dette ga 369,25 poeng. Blant herreløfterne var det fire norske de fire beste i sinclair poeng representert, foruten Per, var det Kim Eirik Tollefsen, Stavanger VK, Jarleif Amdal, Tønsberg Kameratene, Håvard Grostad, Nidelv IL.

Ruth Kasirye, Tønsberg-Kameratene, ble suverent beste jente løfter uansett klasse med 96 kg i rykk og 117 kg i støt. Nordisk mester og bekreftet god form. Hun er klar for VM i Polen senere i høst. Poengsummen hennes ble hele 280,42 poeng.

Norge stilte med 5 menn og 3 kvinner. Vertsnasjonen Island deltok med fullt lag for menn, 8 løftere, og 4 kvinner. Antakeligvis var det den enkeltes nasjons vurdering av kostnadene som bidro til at Sverige stilte med bare en mann og en kvinne. Danmark deltok med seks kvinner og to menn. Finland stilte med fire menn og ingen kvinner.

Klasse 53 – 58 kg kvinner:

Rekkefølgen i kvinneklassene blir avgjort etter sinclair tabellen i den enkelte sammenslåtte vektklasse. Sandra Trædal, Tambarskjelvar IL, ble stående i rykk med 56 kg som det beste. I støt gikk det tyngre og endelig resultat ble 73 kg og en flott sølvmedalje i klassen.

Klasse 63 - 69 kg kvinner:

Marit Årdalsbakke, Tambarskjelvar IL, og Ruth Kasirye, Tønsberg-Kameratene, var norske deltakere. Marit fikk vist sitt aller beste i rykk som hun har hatt problem med. Nå fikk hun 68 i rykk og 79 kg i støt. Dette ga en fjerdeplass i klassen. Ruth rykket først 90 kg deretter 93 kg for så å avslutte med et godt rykk på 96 kg. Hun fikk i sitt siste støt 117 kg bra. Ruth ble dermed klart beste nordiske løfter i kvinneklassen.

Klasse 69 kg menn:

Jantsen Øverås, Tambarskjelvar IL, ble nordisk mester igjen. Han løftet meget bra, og han fikk tilslutt 108 kg i rykk mens det buttet litt i mot i støt. Han ble stående med 127 kg mens det ble to bom i overstøt på 132 kg. Gratulerer med god innsats.

Klasse 85 kg menn:

Jarleif Amdal, Tønsberg-Kameratene, ble nordisk mester. Klasse 85 kg ser ut til å være "hans klasse". God innsats hvor spesielt rykkene nå er stabile. 128 kg -132 kg -135 kg ble den godkjente serien. I støt "safet" han med 155 kg og neste forsøk på 160 kg var også greit. Forsøket på 166 kg ble bom i overstøt. Et godt resultat som altså holdt til gull i klassen.

Klasse 94 kg menn:

Håvard Grostad, Nidelv IL, og Per Hordnes, AK Bjørgvin, konkurrerte her. Håvard ble stående med 135 kg i rykk etter to bom på først 139 kg deretter 143 kg. I støt ble gjeldende resultat 170 kg. Dette holdt til sølvmedalje i klassen etter Per Hordnes som hadde en skikkelig god dag på jobben med 143 kg – 180 kg. Dermed har Per bekreftet at han fremdeles er med i det gode selskap. Nordisk mester som sagt igjen.

Klasse pluss 105 kg menn:

Møtet med Kim Eirik Tollefsen, Stavanger VK, var spennende da han uken før mesterskapet fikk en kink i ryggen. Noe stiv var han men han viste likevel imponerende innsats. Nå ble det 145 kg i rykk etter å ha bommet to ganger 150 kg. I støt tråkket han skikkelig til med et siste løft på 185 kg. Det ble dermed sølvmedalje i klassen etter Ragnar Øhman

Nasjonskampen.

Island vant nasjonskampen for menn med 67 poeng foran Norge mens Danmark vant nasjonskampen for kvinner.

Nordisk klubb-team konkurranse.

Samtidig med Nordisk mesterskap arrangeres finale i nordisk team-konkurranse. Det er vinnerne av de enkelte nasjoners interne klubbkonkurranser som er kvalifisert for finalen. Fra Norge stilte Tambarskjelvar IL både i herrefinalen og kvinnefinalen.

På herrelaget deltok Sindre Rørstadbotnen, Tore Gjølringbø og Jantsen Øverås. Sindre rykket 128 kg mens det ble bom 132 kg. han fikk 172 kg i støt I tillegg hadde han et vært godt forsøk på 175 kg hvor det ble bom i overstøtet. Tore rykket 107 kg og fikk 140 kg i støt. Dette var en fremgang etter en noe tung periode. Viktig mann i teamet som vant den nordiske tittelen for team.

I klubb konkurransen for kvinner vant Tambarskjelvar IL, bestående av Sandra Trædal og Marit Årdalsbakke. Imponerende innsats av Tambarskjelvar ILs klubblag! Gratulerer.

Nordisk mesterskap for junior og ungdom.

Mesterskapet ble i år arrangert i Østerport, København, Danmark den 1. og 2. november 2013

.

Jenter ungdom:

Klasse 48 - 53 kg:

Rebekka Tao Jacobsen, Larvik AK, startet på 53 kg i rykk, ny norsk rekord. Denne gikk fint men de to neste forsøkene på 54 kg og 55kg ble bom. I støt satte hun norsk rekord med 67 kg med bom på siste forsøk på 69 kilo. Hun ble suveren nordisk mester i klassen. Og igjen norske rekorder i rykk og støt og sammenlagt i både ungdom, junior og senior, tilsammen 9 rekorder i klasse 48 kg.

Klasse 58 - 63 kg:

Nora Skuggedal, Larvik AK, hadde veldig god dag i og med at hun forbedret persen i rykk med 6 kg og i støt med 1 kg. I poeng fikk hun over 168 sinclair. Hun ble stående med 56 kg i rykk og 69 kg i støt. Totalt ble hun nummer fem.

Klasse 69 og+ 69 kg:

Marthe Dagsland, Haugesund VK, veide inn i 69 kg klassen bevisst da det var så ut til å være gode muligheten for medalje der. Og med glimrende innsats ble en sølvmedaljen til Marte. Hun fikk 58 kg i rykk, som var ny personlig rekord, og 66 kg i støt. Her er det mere å gå på, lovende start i sin første internasjonale konkurranse.

Alt i alt en meget god innsats av våre ungdom jenter.

Sluttresultatet i nasjonskampen ble (sinclair poeng):

1 Danmark 762, 2 Finland 695, 3 Sverige 548, 4 Norge 531, 5 Island 189

Gutter ungdom:

I Klasse 62 kg stilte vi med to gutter.

Den lovende 14 år gamle Eskil Andersen, Stavanger VK, løftet med god innsats, noe han har vist hjemme flere ganger. Han perset i begge øvelsene. I rykk fikk han 70 kg, mens han ble stående med 90 kg i støt. Dette ga en flott bronseplass til Eskil som har mange gode år foran seg.

Runar Klungervik, Hitra VK, debuterte i en større sammenheng denne helga i likhet med flere av våre lovende ungdommer. Han perset med 1 kg i rykk og fikk 79 kg, mens det var et stykke bak pers i støt fordi det ble en høyning til 104 kg i håp om å klatre på resultatlisten. Nå ble det bom og han ble stående med godkjente 98 kg. Men likevel en flott innsats som medførte at det ble en sølvmedalje i han første internasjonale konkurranse. Han var fornøyd med dagen.

Klasse 77 kg

Jo-Magne Rønning Elden, Nidelv IL, deltok i denne klassen. Han fikk ikke full uttelling i rykk der han ble stående med 77 kg. I støt fikk han tilslutt 108 kg som er nært det han er god for denne dagen. Dette medførte at han kom på en hederlig bronseplass i klassen. Dette skulle være god motivasjon for å satse videre.

Klasse 85 kg

Hans Sande, IL Brodd, deltok i denne klassen. Nå var friidrett sesongen er over og da er det vektløfting for Hans. Han fikk tre godkjente rykk med 91 kg som det beste. Dette var lovende før støtkonkurransen. Her startet han med greit på 113 kg, det samme på 117 kg. Så ble det et forsøk på 120 kg som også gikk fint. Flott innsats som endte med seks godkjente forsøk. Til slutt ble det sølvmedalje til han. Og han ble klart beste norske ungdomsløfter i poeng for gutter.

Klasse 94 kg

Ole Magnus Strand, Hitra VK, deltok i denne klassen. Han startet konkurransen bra med flere godkjente rykk, det beste på 97 kg. Han startet på 118 kg i støt som gikk bra. Neste forsøk var på 124 kg hvor han falt bakover mens samme vekt ved neste forsøk ble det press i overstøtet. Ikke uttelling i støt denne gangen. Plasseringen ble nummer allikevel en fin bronsemedalje.

Sluttresultatet i nasjonskampen for gutter ungdom ble:

1 Finland 89, 2 Danmark 77, 3 Norge 47, 4 Sverige 20.

Jenter junior:

Klasse 53

Sarah Hovden Øvsthus, Flaktveit IK, deltok i denne klassen. Hun var i god form og smelte på plass tre godkjente rykk med norsk rekord på 63 kg som det beste. Dette for junior og senior i klassen. Utmerket løfting. I støt startet hun på 75 kg, som skulle vise seg å bli tellende all den tid begge forsøkene på 78 kg denne gangen ble for tunge. Allikevel en klar nordisk mester, hun forsvarte tittelen fra 2012. Beste totalt junior jente i sinclair ble hun også.

Klasse 75 kg.

Linn Therese Dagsland, Haugesund VK, deltok i denne klassen. Hun kopierte sin venninne Øvsthus med tre godkjente rykk, de siste på 68 kg var personlig rekord. I støt startet hun på 77 kg som hun kickstøtet lett. Derfor var det litt overraskende at hun bommet to ganger på 80 kg. Men det ble en fin sølvmedalje, identisk med sin søster dagen før.

Sluttresultatet i nasjonskampen for jenter junior (sinclair) ble:

1 Sverige 608, 2 Danmark 523, 3 Finland 517, 4 Norge 396, 5 Island 377

Gutter junior

Klasse 69

Jantsen Øverås, Tambarskjelvar IL, og Even H. Walaker, Tønsberg-Kameratene, var våre deltakere i klassen.

Jantsens kroppsvekt viste 67,90. Startvekten i rykk var 105 kg som gikk greit. Det gjorde også 108 kg mens det siste på 111 kg ble for tungt.

I støt ble 128 kg valgt som startvekt, noe som ble et greit forsøk. Deretter ble stangen belastet til 130 kg, som også gikk ok med en vri. Siste forsøket på 135 kg ble for tungt.

Suveren nordisk mester igjen. Og nest beste junior gutt i sinclair poeng.

Evens rykk denne dagen var alle veldig bra med 99 kg som det beste. Nå buttet det i mot i støt, der ble han stående med gjeldende 104 kg. Allikevel en oppmuntrende bronsemedalje i klassen. Så er det å håpe at dette gir inspirasjon til å trene god fremover. Evens potensiale er stort.

Klasse 85

Tore Gjøringsbø, Tambarskjelvar IL, deltok i denne klassen etter å ha deltatt i klassen over i en periode. Formen i høst har ikke vært bra, derfor var det gledelig med den innsatsen han gjorde som resulterte i et nytt nordisk mesterskap. Han rykket 108 kg, 111 kg og 113 kg flott. I støt tok han 140 kg og 146 kg, mens det ble bom på 149 kg. Flott innsats av Tore.

Klasse 105

Kristian Hellenen, Vigrestad IK var vår deltaker i klassen. Han viste god form og innsats med et rykk på 129 kg som det beste. I støt startet han på 152 kg som var greit, så ble det en bom på 158 kg andre forsøket. Men i det siste forsøket klarte han denne selv etter en tung vending. Dermed ble det Nordisk mesterskap tittel til Vigrestad IK og Kristian Hellenen.

Han satte dermed punktum for en svært god norsk dag, og for et flott mesterskap for Norge.

Sluttresultatet i nasjonskampen for gutter junior ble:

1 Finland 53, 2 Norge 45, 3 Sverige 40, 4 Danmark 18, 5 Island 8

Trenere Gunnar Reiakvam og Jostein Frøyd.

Universiaden juli 2013.

UIB student Anja-Evelin Jordalen deltok i Universiaden som ble arrangert i Kazan i Russland 6. – 17. juli.

Det er Norges Studentidrettsforbund som er ansvarlig for alle studentene som deltar for Norge ved mesterskapet. Anja gjennomførte en grei konkurranse uten å nå opp imot sitt beste. Det ble 80 kg i rykk og 100 kg i støt. Tilslutt ble hun nummer 13.

Vektløfting kom inn i Universiaden sitt program i 2009. Hverken da eller i 2011 deltok Norge med studentløftere.

Masters:

EM Masters:

Johan Nystrøm, Trondheim AK, tok gull i M9, 85 kg, etter en svært spennende konkurranse. Etter rykk lå han på 2. plass, men i støt kunne ingen følge Johan. Til slutt ble han stående med 59 kg i rykk og 80 kg i støt.

I klasse M9, 105 kg, ble det bronsemedalje på Kåre Sømme, Haugesund VK, med 50 kg i rykk og 55 kg i støt. Gratulerer med medaljen til Kåre Sømme også!

Jan Nystrøm, Trondheim AK, tok sølv i klasse M7, 105 kg. Nystrøm sier at han var et stykke bak gullet og at han derfor gikk for sølvet fra starten av. Dette ble sikret med 77 kg i rykk og 100 kg i støt. Dermed kan han legge til nok en internasjonal mastermedalje i sin premie portefølje.

VM Masters:

Kåre Sømme, Haugesund VK, tok gull i M9, 105 kg. Han fikk 48 kg i rykk og 62 kg i støt.

Johan Thonerud, Spydeberg Atletene, tok bronse i klasse M5, 94 kg. Thonerud fikk til slutt 87 kg i rykk og 109 kg i støt.

Bernt Petter Andersen, Stavanger VK, tok bronse i M5, 105 kg. Han fikk 95 kg i rykk og 120 kg i støt.

Alt i alt en meget god norsk innsats!

NM lag og Norges Cup 4.

Arrangør av årets NM lag og Norges Cup nr. 4 var Trondheim AK. Stevnet ble arrangert fredag 29. november om ettermiddag og kveld samt lørdag 30. november i den legendariske Nidarøhallen i ved Nidelvens bredd. Stevnet ble som et av de første «streamet» slik at alle som ønsket å se konkurransen.

NM lag senior menn elite.

Igjen vant Tambarskjelvar IL klassen senior menn elite, de forsvarte dermed fjorårets tittel og vant sitt 17. mesterskap. Laget besto av Vebjørn Varlid, Espen Rørstadbotnen, Sindre Rørstadbotnen, Tore Gjølringbø og Yngve Apneseth. Sindre Rørstadbotnen ble beste løfter i laget med 132 kg i rykk og 175 kg i støt, totalt 348,71 poeng. Jantsen Øverås satte norsk rekord i rykk med 111 kg. I støt satte han like godt ny norsk junior rekord i klasse 69 kg med 138 kg. Og det ble ny norsk sammenlagt rekord med 249 kg. Ny solid personlig rekord i sinclair poeng også med 339,84 poeng. Til sammen fikk Tambarskjelvar IL 1639,80 poeng.

Sølvmedaljene gikk til AK Bjørgvin. Laget besto av Per Hordnes, Sindre Madsgaard, Ove Hordnes, Fabian Fosse, Børge Aadland og Runar Stikholmen. Kaptein Per Hordnes ble lagets beste løfter med 143 kg i rykk og 170 i støt som ga 353,80 poeng. Totalt 1603,11 poeng

Bronsemedaljene gikk til Vigrestad IKS lag som besto av Marvin Arntsen, Jon Petter Ueland, Roy Sømme Ommedal, Kristian Hellenen, Aleksander Tkachenko og Ronny

Matnisdal. Ronny satte norsk rekord i rykk på 132 kg for senior, M1 i klasse 77 kg. Han prøvde også på 135 kg, som han ikke lyktes denne gangen. Med 145 kg i støt endte han på 349,73 poeng, klart laget beste mann. Tilslutt ble det 1548,02 poeng.

Tønsberg-Kameratene fulgte deretter på fjerdeplassen.

Laget besto av Ruth Kasirye, Jan Robert Solli, Even H Wallaker, Jarleif Amdal, Per Arne Marstad og Aleksander Normo. Lagets beste løfter ble Jarleif Amdal med 132 kg i rykk og 165 kg i støt. Dette ga 348,76 poeng. Og dermed 4 hundredeler foran Sindre Rørstadbotnen på sinclair rankingen i stevnet. Ruth Kasirye "krydret" herrelaget. Hun løftet 93 kg i rykk og 115 kg i støt. TK sine poeng ble 1460,02.

NM lag veteraner menn.

Trondheim AK ble igjen for sterke for de andre veteranlagene. Laget besto i 2013 av Ronny Fevåg, Eskil Lian, Johan Nystrøm og Jan Nystrøm. Bestepoengsum i laget fikk igjen Jan Nystrøm med 363,59 foran broder Johan med 358,46 som også holdt til en fin tredjeplass totalt. Laget oppnådde tilslutt 1049,28 poeng.

Grenland AK ble nummer to med Bjørnar Olsen, Egon Vee Haugen og Atle Rønning Kauppinen. Her satte Bjørnar ny norsk rekord i rykk i M4 klasse 85 kg med 98 kg. Han ble nr. 5 i den totale rankingen. Atle Rønning Kauppinen ble bestemann på laget med 355,12 poeng som ble en fjerdeplass totalt. Selve laget stoppet opp på 965,94 poeng.

Tønsberg-Kameratene med Per Marstad, Jan Robert Solli og Per Arne Marstad endte på en bronseplass etter jevn innsats av hele laget. Jan Robert Solli ble lagets bestemann med 315,90 poeng. Bronselaget fikk 914,54 poeng.

Stavanger VK med Paul Endresen, Tore Bjørnsen og Bernt Petter Andersen ble nummer fire etter at Tore Bjørnsen igjen imponert med å rykke egen kroppsvekt som samtidig var norsk rekord i M8 klasse 77 kg. Det er neppe noen over 70 år i Norge som har tidligere gjort dette. Den mange ganger norskemesteren og olympisk deltakeren ble klart beste veteran løfter totalt sett. Stavanger VK fikk tilslutt 715,38 poeng.

NM lag senior kvinner.

AK Bjørgvin forsvarte seieren fra i fjor og ble norske mestre for lag for jenter 2013. Laget besto av Marianne Hasfjord, Lena Berntsson, Camilla Carlsen og Siri Magnussen. Til sammen fikk de 614,01 poeng. Lena Berntsson ble beste utøver i laget med 234,62 poeng som også ble den beste poengsummen totalt.

Tambarskjelvar IL ble nr. to med 587,89 poeng. Deltakende løftere på laget var Sunniva Bruland, Sandra Trædal, og Marit Årdalsbakke. Marit Årdalsbakke viste veldig god form og satte personlig rekord i poeng med hele 211,96 poeng. Hun ble med det beste poeng plukker for laget. Sandra Trædal satte også personlige rekorder.

Trondheim AK ble bronselaget denne gangen. Ingvild Brynjulfsen, Anette Ellingsberg, Elisabeth Holmstrøm og Else-Mari Rygg Lind utgjorde laget denne gangen. En jevn innsats hvor Ingvild Brynjulfsen ble beste jente i sinclair poeng med 196,06. Total lag poeng ble 560,54.

Flaktveit IK ble nummer fire i finalen med totalt 549,93 poeng. Sarah Hovden Øvsthus, Beatrice Llano og Helene Angelica Markhus utgjorde laget. Sarah var beste jente i laget

med 218,39 poeng. Hun satte norsk rekord i rykk med 64 kg i klasse 53 kg både for junior og senior. Hun ble nest beste jente i sinclair poeng etter Lene Berntsson.

Alt i alt en meget god konkurranse som bekrefter et stigende nivå i vektløfting for kvinner.

NM lag junior menn.

Tambarskjelvar sine juniorer hadde full kontroll ved lørdagens lagmesterskap og vant klart. Etter en bunnsolid gjennomføring, uten at de behøvde å ta ut alt, endte de på 817,34 poeng. Laget denne gangen var Jantsen Øverås, Tore Gjølringbø, Evald Osnes Devik og Eirik Kalland. Jantsen Øverås ble beste junior løfter totalt med 300,26 poeng.

Hitra VK med Kevin Lund, Ole Magnus Strand og Runar Klungervik endte på en sølvplass, samme plass som klubbens ungdomslag. Poengsummen ble 748,26.

Spydeberg Atletene ble nummer tre med 687,42 poeng. På laget var Hans Magnus Kleven, Tom-Erik Lysenstøen, Christian Lysenstøen og Aleksander Vangen. De fikk tilslutt 687,47 poeng.

NM lag ungdom gutter.

Stavanger VK sine ungdommer ble historiske da de for første gang vant NM for lag. Stavanger VK stilte med Izak Süßmann, Johan Espedal, Eskil Andersen og Andreas Fosse Meling. Dette mannskapet gikk seirende av konkurransen med de andre ungdomslagene. Laget var jevnt sammensatt hvor Johan ble bestemann med 252,18 poeng. Den svært lovende Eskil Andersen leverte igjen en solid innsats og fikk 240,29 poeng. Lagpoengene for Stavanger ble 729,34 poeng.

Hitra VK med Karl Petter Ulvan, Runar Klungervik og Ole Magnus Strand kapret sølvmedaljen med totalt 725,17 poeng. Runar ble bestemann innad i laget, og også totalt i ungdomsrankingene med 261,77 poeng. Flott innsats. Ole Magnus stoppet på 254,55 poeng. De andre på laget løftet også flott.

IL Brodd med Hans Sande, Peter Wilke og Erlend Ulvestad ble bronsemedaljevinnere. Hans Sande ble bestemann i laget og nummer to på den totale rankingen med 259,56 poeng. God innsats av guttene som totalt fikk 664,20 poeng.

Norges Cup nr. fire for menn 2013.

Kim Eirik Tollefsen, Stavanger VK, ble beste løfter med 360,48 poeng i Norges Cup omgang 4 som ble arrangert samtidig med NM lag. Etter en periode med litt småskader er han tilbake i god form. Han fikk 149 kg i rykk og 185 kg i støt. Han hadde et godt forsøk på 190 kg men det ble bom i overstøtet.

Larvik AKs Sebastian Farmen har gjort stor fremgang og ble nummer to med 356,86 poeng. Han fikk 135 kg i rykk og 175 kg i støt, som ga 356,86 poeng. Alle løft utført på en måte som gjør at det stilles forventninger om at mere kommer. Styrke vet vi han har, nå er den kombinert med bedre teknikk.

Nummer tre ble Per Hordnes fra AK Bjørgvin med 353,80 poeng. Deretter fulgte Ronny Matnisdal, Vigrestad IK, med 349,73 poeng og Jarleif Amdal, Tønsberg-Kameratene, med 348,76 poeng. Sindre Rørstadbotnen fra Tambarskjelvar IL ble nummer seks, 5 hundredeler bak Jarleif.

Norges Cup nr. fire for kvinner 2013.

Ingen kunne rokke ved Ruth Kasirye, Tønsberg-Kameratene, i damenes konkurranse, hun fikk 272,18 poeng. Ruth var ikke fornøyd med resultatet. Lena Berntsson, AK Bjørgvin, ble nummer to med 234,62 poeng, Deretter fulgte Sarah Øvsthus, Flaktveit IK, med 218,39 poeng. Tambarskjelvar ILs Marit Årdalsbakke hadde fin fremgang og endte på en femte plass med 211,96 poeng.

Totalt 16 menn kom over 300 sinclair poeng mens 6 kvinner kom over 200 poeng.

Trener seminarer"Weightlifting for sports".

6.- 9. Juni deltok Tor Steinar Erikstad, Vigrestad IK, Trond Kvilhaug, Nidelv IL og Torstein Dæhlin, Gjøvik AK, på European Weightlifting Federations "Weightlifting for sports".

Teknisk arrangør var Eleiko Sport Center Halmstad i Sverige.

Temaene var grunnleggende coaching prinsipper, biomekaniske og fysiologiske forhold i vektløfting, samt holdningsanalyse og funksjonell bevegelsesanalyse

Dessuten ble det i løpet av kurset en praktisk gjennomgang av de ulike metodene for innlæring av de ulike olympiske løftene. Denne praktiske økten ble etterfulgt av en teoretisk gjennomgang av LTAD (Long Term Athlete Development), et foredrag om hvilke støtteøvelser som benyttes i vektløfting. Det var også en forelesing fra WADA, deriblant om deres retningslinjer og om hvordan man som coach må forholde seg til WADA og utøveren dersom han/hun blir innkalt til dopingkontroll.

Den siste dagen på Eleiko sport center ble startet opp med en praktisk gruppefremføring av ulike oppvarmingsøvelser som kan benyttes både i den generelle og spesielle oppvarmingen. Deretter ble de siste temaene for helgen introdusert i en teorileksjon. Programmering og hvordan olympiske løft kan tilpasses for andre idretter stod nå for tur. Kurset ble avsluttet med en teoretisk prøve hvor typiske feil skulle identifiseres på ulike bilder. Deretter ble en praktisk prøve hvor vi skulle coache hverandre i de ulike olympiske løftene gjennomført, før utdeling av kursbevis for deltakelse og en gjennomgang av oppgaver som skal gjøres i etterkant av for godkjenning av kurset var siste post.

Trener samling. TIS, Sognsvann, Oslo fredag 21. juni til søndag 23. juni.

Etter Styrets og Tinget behandling av Toppidrettskomiteen innstilling vedrørende NVF videre satsing på toppidrett ble denne samlingen en informasjon til trenere i forhold til den delen av innstillingen som det ble sagt ja til ved Ting behandlingen.

Berørte temaer ved samlingen var i forhold til NVFs mål i Strategiplanen.

Dette er å legge til rette for at det skal være mulig å kvalifisere utøvere til OL i 2016.

Programmet var:

Informasjon: Antidoping Norge.

Trener: Nært utøver, kompetanse- utdanning?

Trening: Treningsregistrering, planleggingsverktøy, analyse, evaluere måloppnåelse

Status: Hvor er vi i dag? ..

Mål: Ol kvalifisering i 2016?, .2020?

Trenerne fulgte ellers i stor grad de aktive i deres aktiviteter i samme tidspunkt.

Jan Robert Solli

Tønsberg-Kameratene

Ola Bergheim	Breimsbygda IL
Tor Steinar Herikstad	Vigrestad IK
Sigvald Monsen	Stavanger VK
Johan Thonerud	Spydeberg Atletene
Ove Varlid	Tambarskielvar IL
Mehmet Alp Øzalp	Lørenskog AK
Jostein Frøyd	Larvik AK
Odd Gunnar Røyseth	Instruktør
Gunnar Reiakvam	Trener, NVF
Arne Grostad	Sportssjef, NVF
Yngve Apneseth	Instruktør, NVF kontakt TIS

Trener samling. TIS, Sognsvann fredag 10.– søndag 12. november.

Fredag var først på programmet innlosjering. Deretter fulgte en orientering vedrørende Norges Vektløfterforbunds prosjekt plan som skulle vedlegges søknaden til OLT om økonomisk støtte for 2013. Planen inneholdt bl.a. en beskrivelse av de erfaringene som ble vunnet etter Prosjekt Atlanta. Samtidig en beskrivelse av nåsituasjonen og deretter hva kreves av oss fremover ift de målsettingene som er definert i inneværende Strategiplan.

Deltakere trener samling:

Johnny Sandvik	AK Bjørgvin
Tor Steinar Herikstad	Vigrestad IK
Ove Varlid	Tambarskielvar IL
Lubomir Kafonek	Trondheim AK
Torstein Dæhlin	Gjøvik AK
Johan Thonerud	Spydeberg Atletene
Camilla Carlsen	AK Bjørgvin
Odd Gunnar Røyseth	Tambarskielvar IL
Arne Grostad	NVF
Yngve Apneseth	Tambarskielvar IL, deltok sporadisk

Lørdag 9. november.

Dagen startet med en videre orientering fra fredagens leksjon, ved Odd Gunnar Røyseth om treningsregistreringen. Det ble presisert at det er et forsterket mål etter klubbseminaret i Praha at dette skulle vi ha på plass i første halvår 2014.

Ellers besto helga av forskjellige innlegg. Torstein Dæhlin om arbeidet med Trenerløypa. Her ble det orientert om E-Lærings modulene osv. Samtidig ble det orientert om det arbeidet som EWF gjør ifm coach utdanningen.

Innleid trenerkompetanse Eduards Andruskevics, fra Latvia holdt flere små foredrag om trening

Camilla Carlsen ble det gjennomgikk informasjon om seksuell trakassering og hvordan en skal forholde seg til det. Her ble det gitt informasjon om sidene som NIF har om temaene. Hun viste video klipp som ligger på NIF sine sider.

Lubomir Kafonek hadde flere foredrag om mobilitets trening. Et interessant foredrag som de fleste mente var svært nyttig.

Sportssjefen holdt et innlegg vedrørende Antidoping arbeidet i Norges Vektløfter Forbund. Her ble vist til de elektroniske informasjonsverktøyene som, ren utøver, rent idrettslag,

osv. Det ble vist til sidene som Anti doping Norge har. Det ble presisert fra NVF sin side at klubbene og de aktive måtte gjennomgå og registrere at de har gjort dette så snart som mulig.

Det ble brukt tid på informasjon om Whereabout og Norges Vektløfterforbunds arbeid vedr dette. Å være registrert der er en kontrakt mellom den aktuelle utøver og antidoping Norge.

Trenerne fikk deretter en forholdsvis grundig presentasjon av «major rule changes since the previous IWFs Handbook» forandringene i de tekniske reglene, som er forholdsvis mange. Søndag ettermiddag ble trener seminaret avsluttet.

DOMMERE / TEKNISK UTVALG

ÅRSRAPPORT FRA TEKNISK UTVALG 2013

Teknisk utvalg har bestått av Arne Pedersen (leder), Camilla Carlsen, Ove Varlid og Per Mattingsdal..

Dommere til NM

I 2013 var det tre internasjonale dommere uten lokal tilknytning som ble benyttet under NM Senior og Veteran. Under NM Lag ble det benyttet fem internasjonale dommere med lokal tilknytning og tre med annen 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.

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. 31.12.2013 hadde NVF følgende internasjonale dommere:

Per Marstad	Tønsberg–Kameratene	Int. I
Per Mattingsdal	Vigrestad Idrettsklubb	Int. I
Reidar C. Johnsen	AK Bjørgvin	Int. I
Trygve 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 5 dommerkurs i 2013.

Det første kurset ble holdt på Hitra 22. – 23. februar med Tryggve Duun som instruktør. Følgende besto dommerprøven:

Kevin Lund	Hitra VK	Forbundsdommer
Karin Forsnes	Hitra VK	Forbundsdommer
Kariann Ulvan	Hitra VK	Forbundsdommer
Kristian Ulvan	Hitra VK	Forbundsdommer
John Birger Brevik	Hitra VK	Kretsdommer
Johan Martin Haranes	Hitra VK	Kretsdommer

Det andre kurset ble holdt i Spydeberg 25. – 26. mai med Reidar C. Johnsen som instruktør. Følgende besto dommerprøven:

Bjørn Thore Olsen	Spydeberg Atletene	Forbundsdommer
Robin Andresen	Spydeberg Atletene	Forbundsdommer
Christian Lysenstøen	Spydeberg Atletene	Forbundsdommer
Bjørnar Wold	Spydeberg Atletene	Forbundsdommer
Andreas Skauen	Oslo AK	Forbundsdommer
Rebecca Tiffin	Oslo AK	Forbundsdommer

Det tredje kurset ble holdt i Tysvær 7. – 8. juni med Per Mattingsdal som instruktør. Følgende besto dommerprøven:

Alexander Kolstø Våge	Tysvær VK	Forbundsdommer
-----------------------	-----------	----------------

Arne Våge	Tysvær VK	Forbundsdommer
Roy Andersen Revheim	Tysvær VK	Forbundsdommer
Andre K. Kaland	Tysvær VK	Forbundsdommer
Ørjan Rullestad	Tysvær VK	Forbundsdommer
Jean Martin Monclair	Tysvær VK	Forbundsdommer
Rolf Inge Pedersen Odland	Tysvær VK	Kretsdommer

Det fjerde kurset ble holdt i Gjøvik 28. – 29- september med Reidar C. Johnsen som instruktør. Følgende besto dommerprøven:

Tor Magne Bjørnødegård	Gjøvik AK	Forbundsdommer
Stig Henning Gillerhaugen	Gjøvik AK	Forbundsdommer
Tor Eric Sivertsen	Gjøvik AK	Forbundsdommer
Hans Magnus Kleven	Spydeberg Atletene	Forbundsdommer
Daniel Roness	Spydeberg Atletene	Forbundsdommer
Krister Thonerud	Spydeberg Atletene	Forbundsdommer

Det femte kurset ble holdt i Trondheim 2. – 4. november med Tryggve Duun som instruktør. Følgende besto dommerprøven:

Mats Røst Kjørsvik	Nidelv IL	Forbundsdommer
Sunniva Block	Nidelv IL	Forbundsdommer
Kamilla Wisth	Nidelv IL	Forbundsdommer
Jim Andre Sørå	Nidelv IL	Forbundsdommer
Elias Brattli Sørensen	Nidelv IL	Forbundsdommer
Markus Settemsdal	Nidelv IL	Forbundsdommer
Espen Albert	Nidelv IL	Forbundsdommer
Oskar Emil Wavold	Nidelv IL	Kretsdommer

Til samme har dermed 29 nye forbundsdommere og 4 nye kretsdommere etter de fem kursene.

Det vises til oversikt over NVFs dommere. Forbundskontoret v/generalsekretæren har fulgt opp dommerlisten fortløpende, og teknisk utvalg 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, resultatsservice 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	Landskrona, Sverige	Per Mattingsdal
NM senior og veteran	Larvik AK	Per Mattingsdal Reidar C. Johnsen Johanna Wåsjør Margrethe Heyn Kjetil Holden Jarle Bjerkholt Lars Vegard Jahnsen Roy W. Johannessen Henrik S. Johannessen Morten Johannessen Kristian Einarsen Roald Bjerkholt Gunnar Knudsen Trond Bjerkholt Per Marstad Johan Thonerud Aage Sletsjøe Borghild Reiakvam
NM ungdom	Vigrestad IK	Arne Grostad Sigvald Monsen Andreas Fosse Meling Torbjørn Ødegård Tor Steinar Herikstad Aud Marit Osnes Vold Hans Bjørnar Hagenes Paul Endresen Jonas Stavnheim Kim Helge Moe
EM Senior	Tirana, Albania	Tryggve Duun
NM junior	Stavanger VK	Per Mattingsdal Sigvald Monsen Tore Bjørnsen Kin Eirik Tollefsen Paul Endresen Jørn Petter Rasmussen Hans Bjørnar Hagenes Kjell Magne Sunde Jonas Stavnheim Torbjørn Ødegård Andreas Fosse Meling

Nordisk Senior	Akureyri, Island	Per Mattingsdal Reidar C. Johnsen Kjetil Holden Morten Johannessen
EM U15 og U17	Klaipeda, Litauen	Per Mattingsdal
NM 5-kamp	Vigrestad IK	Per Mattingsdal Arne Grostad Johan Thonerud Tor Steinar Herikstad Hns Bjørnar Hagenes Aud Marit Osnes Vold Sigve Nedrebø Dag Rønnevik Kim Helge Moe Torbjørn Ødegård Jon Peter Ueland
EM U23	Tallinn, Estland	Per Mattingsdal
EM Junior	Tallinn, Estland	Per Mattingsdal
Nordisk Ungdom/Junior	København, Danmark	Per Mattingsdal Tryggve Duun Reidar C. Johnsen Arne Grostad Trond Kvilhaug
NM lag	Trondheim AK	Per Mattingsdal Reidar C. Johnsen Per Marstad Hallvard Schjetne Arne Grostad Trond Kvilhaug Torstein Gjervan Jan Nystrøm Jan Egil Trøan Johan Thonerud Ole Erik Raad Eskil Forås Kjetil Holden Ketil Johnsen Janne Grostad

OVERSIKT OVER DOMMEROPPDRAK 2009-2013

Etternavn	Fornavn	Klubb	Grad	2009	2010	2011	2012	2013
Albert	Espen	Nidelv IL	F					0
Alne	Marie	Tysvær VK	F			1	0	1
Amdal	Jarleif	Vigrestad IK	F	9	7			
Amdal	Jarleif	Tønsberg-Kam.	F			11	6	4
Andersen	Bernt Petter	Stavanger VK	F			0	4	3
Andersen	Cato	Tønsberg-Kam.	K	0	0	4	3	3
Andresen	Robin	Spydeberg AT	F					2
Apneseth	Yngve	Tambarskjelvar	F	3	3	1	3	5
Aunhaug	Stig	Trondheim AK	K	0	1	0	0	0
Berg	Espen	Gjøvik AK	K	0	1	1	0	0
Berge	Ken	Larvik AK	F	3	6	6	3	2
Bergheim	Bjarne	Breimsbygda	f				2	5
Bergheim	Ola	Breimsbygda	F				2	8
Bjerke	Terje	Oslo AK	F	4	2	1	0	4
Bjerkholt	Jarle T.	Larvik AK	F	1	1	1	1	3
Bjerkholt	Roald	Larvik AK	F	6	8	11	7	13
Bjerkholt	Trond Vidar	Larvik AK	F	9	1	4	3	5
Bjordal	Oddbjørn	Dale IL	K	1	1	0	0	0
Bjørnerud	Åge Willy	Gjøvik AK	K	0	0	1	0	0
Bjørnsen	Tore	Stavanger VK	Int. II	0	1	1	1	1
Bjørnødegård	Tor Magne	Gjøvik AK	F					1
Bjørstad	Vidar	Hitra VK	F	4	8	5	4	2
Bjaaland	Espen	Gjøvik AK	F	2	1	5	2	2
Block	Johnny	Nidelv IL	F	1	2	4	7	2
Block	Sunniva	Nidelv IL	F					4
Brevik	John Birger	Hitra VK	K					6
Carlsen	Camilla	AK Bjørgvin	F	4	8	8	3	3
Carlsen	Tom	AK Bjørgvin	F	6	6	4	8	4
Christensen	Christian	IL Milo	K	2	0	0		
Christensen	Christian	AK Bjørgvin	K				1	0
Dagsland	Linn Therese	Haugesund VK	F			0	2	4
Dagsland	Per Olav	Haugesund VK	F			1	5	4
de Lange	Sigurbjørn	Tønsberg-Kam.	Int. II	0	2	2	1	2
Debek	Boguslaw	Oslo AK	Int II					
Debek	Boguslaw	Spydeberg AT	F	0	0	0	1	3
Duun	Tryggve	Trondheim AK	Int. I	13	9	12	14	17
Eide	Thomas	Stavanger VK	F			3	5	6
Einarsen	Kristian	Larvik AK	F			4	5	10
Endresen	Paul	Stavanger VK	F			1	2	3
Engvik	Trond	Nidelv IL	K	2	0	0	0	0
Espenes	Espen	National	F					
Espenes	Espen	Spydeberg AT	F	5	4	4	2	0
Fagerland	Kenneth	Spydeberg AT	K	1	1	0	4	6
Farmen	Sebastian	Larvik AK	F			6	4	3
Farmen	Torbjørn	Larvik AK	F			6	6	3
Farsund	Tom	Førde IL	F	1	0	2	3	0

Farsund	Tore	Tambarskjelvar	F	2	5	3	2	0
Fonnes	Daniel	AK Bjørgvin	K	2	0	1	0	0
Forsnes	Karin	Hitra VK	F					4
Forås	Eskil	Trondheim AK	F	5	3	4	1	2
Fosse	Markus	Trondheim AK	F				1	0
Frøyd	Jostein	Larvik AK	F			9	22	18
Gillerhaugen	Stig Henning	Gjøvik AK	F					2
Gjervan	Torstein	Trondheim AK	Int. II	14	4	8	6	8
Gjøringbø	Tore	Tambarskjelvar	F	1	2	2	1	2
Grimseth	Stian	Tambarskjelvar	K	2	0	1	4	2
Grostad	Arne	Nidelv IL	Int. II	4	8	6	5	10
Grostad	Janne	Nidelv IL	F	2	7	2	2	4
Grønlien	Lars-Thomas	Oslo AK	F	4	3	2	0	1
Grønnevik	Geir	Tambarskjelvar	F	5	4	6	7	6
Grønsdal	Joakim	Flaktveit IK	K			0	4	0
Gulvik	Terje	Larvik AK	F	3	5	6	5	6
Hagenes	Hans Bjørnar	Vigrestad IK	F	2	3	3	2	3
Halvorsen	Frank Stig	Larvik AK	K	5	0	0	0	0
Hammer	Jan Inge	Tysvær VK	F			2	2	1
Hammersvik	Jarle	Haugesund VK	K	0	2	1	0	0
Hanslien	Aksel	Namsos VK	K	2	0	0	0	1
Haranes	Johan Martin	Hitra VK	K					4
Hatle	Harald M.	Hitra VK	F	1	2	0	2	0
Hatle	Martin	Hitra VK	K	0	0	1	0	0
Heidenberg	Kenneth	National	K	5	6	2	0	0
Heier	Joachim	Flaktveit IK	K			2	7	10
Helgheim	Jonas	Tambarskjelvar	K				0	2
Helgheim	Jørn	Tambarskjelvar	F				1	1
Helleren	Kristian	Vigrestad IK	F			2	7	3
Helleren	Magnar	Vigrestad IK	F	1	3	3	0	2
Hepsø	Leif	Namsos VK	K	4	6	10	9	7
Herikstad	Tor Steinar	Vigrestad IK	F	4	6	5	4	6
Hestnes	Torbjørn	Nidelv IL	F	2	4	10	12	10
Hetland	Ole Morten	Vigrestad IK	K			2	0	0
Heyn	Margrethe	Larvik AK	F	3	1	2	0	3
Holden	Kjetil	Trondheim AK	F				2	11
Holmstrøm	Geir Inge	Haugesund VK	K	1	0	2	0	2
Holstad	Daniel	Tambarskjelvar	F	3	2	10	9	6
Holstad	Stein Inge	Tambarskjelvar	F	2	3	6	5	1
Holstad	Vemund	Dale IL	K				0	1
Hordnes	Ove	AK Bjørgvin	F	1	2	6	1	0
Hordnes	Per	AK Bjørgvin	F	3	4	5	3	6
Horsevik	Ole Thomas	Tambarskjelvar	K	2	0	0	0	0
Hovdum	Ole Marius	National	F	7	6	5	6	5
Høien	Ann Beatrice	Vigrestad IK	F			1	6	6
Hårsvær	Martin	Nidelv IL	K	3	0	0	0	0
Haarvei	Erik	IL Milo	K	0	2	1	0	0
Idsal	Sander G.	Stavanger VK	F			4	3	1

Iversen	Ragnar	Trondheim AK	K				3	4
Jahnsen	Lars Vegard	Tønsberg-Kam.	F	2	2	1	0	3
Jensen	Johnny	National	F	3	1	4	1	3
Johannessen	Henrik S.	Larvik AK	F			2	6	7
Johannessen	Morten	Trondheim AK	F	2	7	10	8	11
Johannessen	Roy W.	Larvik AK	F	1	5	2	1	3
Johansen	Geir	Lenja AK	F	2	4	4	3	3
Johansen	Olav	Gjøvik AK	K	0	0	2	2	1
Johansen	Rune	Lenja AK	K	0	2	1	1	2
Johnsen	Bjørn	Nidelv IL	F	8	11	12	13	17
Johnsen	Jørgen	Nidelv IL	F	6	8	7	9	3
Johnsen	Ketil Wiik	Trondheim AK	F				4	7
Johnsen	Nicolas	Trondheim AK	K				2	6
Johnsen	Reidar C.	AK Bjørgvin	Int. I	2	9	12	14	17
Jordalen	Anja-Evelin	AK Bjørgvin	F	3	2	1	2	1
Kafonek	Lubomir	Trondheim AK	K				0	0
Kaland	Andre Krokedal	Tysvær VK	F					1
Kasiryte	Ruth	Tønsberg-Kam.	F			6	6	8
Kjørsvik	Mats Røst	Nidelv IL	F					0
Klethagen	Dag Alexander	Gjøvik AK	F	0	2	1	3	1
Klethagen	Pål Kristian	Gjøvik AK	F	3	2	1	1	+
Klethagen	Tor Kristoffer	Gjøvik AK	F	3	1	1	0	2
Kleven	Hans Magnus	Spydeberg AT	F					1
Klingenberg	Iver	Nidelv IL	K	0	0	2	3	3
Knudsen	Gunnar	Grenland AK	F	4	2	6	4	7
Kristoffersen	Signe	Stavanger VK	F			0	2	0
Kvame	Steinar	Tambarskjelvar	F	6	6	14	12	5
Kvamstad	Leif Johan	Stavanger VK	F			2	3	0
Kvatningen	Svein	Namsos VK	K	4	4	5	6	0
Kvilhaug	Trond	Nidelv IL	Int. II	12	6	14	10	11
Kværnø	Bjørn Ivar	Hitra VK	K	7	10	9	8	9
Kværnø	Ivar	Hitra VK	K	10	6	7	7	4
Larsen	Arne	Tambarskjelvar	F	8	2	3	9	3
Larsen	Lucie	AK Bjørgvin	K	3	0	0	0	0
Larsen	Oddgeir	Flaktveit IK	F			1	10	8
Larsen	Ole Martin	Tambarskjelvar	F	3	2	1	9	5
Lian	Andreas	Trondheim AK	K	1	2	0	0	0
Lian	Eskil	Trondheim AK	F	7	5	7	14	12
Lie	Bjørn	Namsos VK	K	5	5	7	2	6
Lilleborggen	Thomas	Lenja AK	K	0	1	0	4	5
Lindanger	Kjetil	Haugesund VK	K	0	2	2	0	0
Ljone	Emil	Tønsberg-Kam.	F	5	1	2	0	1
Lorentsen	Amund	National	F	6	1	4	3	2
Lund	Kevin	Hitra VK	F					1
Lystenstøen	Christian	Spydeberg AT	F					6
Marhaug	Paul	IL Milo	K	1	0	0	0	0
Markeng	Richard Foyn	Tønsberg-Kam.	F	10	3	4	2	1
Marstad	Per	Tønsberg-Kam.	Int. I	14	6	14	10	14

Marstad	Per Arne	Tønsberg-Kam.	K	5	3	4	6	6
Mattingsdal	Per	Vigrestad IK	Int. I	18	27	23	20	24
Meling	Andreas Fosse	Stavanger VK	F			6	5	8
Mellemsæther	Tore	Hitra VK	F	6	11	8	6	8
Meosli	Per Olav	Namsos VK	F	3	5	5	7	6
Moe	Kim Helge B.	Vigrestad IK	F	3	5	0	2	3
Moen	Ingrid	AK Bjørgvin	F	5	4	12	2	0
Monclair	Jean Martin	Tysvær VK	F					1
Monsen	John Kåre	Stavanger VK	K	2	1	0	0	0
Monsen	Sigvald	Stavanger VK	Int II	8	8	7	12	13
Murberg	Johan Fredrik	Larvik AK	K			4	16	11
Nedrebø	Sigve	Voll IL	F	3	4			
Nedrebø	Sigve	Vigrestad IK	F			6	4	3
Nordbotten	Lars	Hitra VK	F	2	3	1	1	1
Nordbotten	Odd Helge	Hitra VK	K	1	3	2	2	0
Nystrøm	Jan	Trondheim AK	F	5	7	10	15	12
Odland	Roy Inge Pedersen	Tysvær VK	K					0
Off	Eyvind J.	Gjøvik AK	F	2	7	6	3	5
Olsen	Bjørn Thore	Spydeberg AT	F					7
Oma	Jostein	Tambarskjelvar	F	4	5	4	4	2
Pettersen	Ove Helge	Vigrestad IK	K	0	0	1	0	0
Rasmussen	Elin	Stavanger VK	F	4	5	1	1	2
Rasmussen	Jørn Petter	Stavanger VK	F	3	1	1	1	2
Rasmussen	Rune	Stavanger VK	F	3	9	8	10	6
Rasmussen	Tor Eirik	Stavanger VK	F	4	7	3	6	3
Reiakvam	Borghild	Tambarskjelvar	F	0	3	1	4	3
Reiakvam	Gunnar	Tambarskjelvar	Int. II	7	8	8	0	4
Revheim	Roy Andersen	Tysvær VK	F					2
Robberstad	Øystein	Gjøvik AK	F	0	4	2	5	4
Roberg	Jon	Tønsberg-Kam.	K	0	1	0	0	0
Roness	Daniel	Spydeberg AT	F					1
Rullestad	Ørjan	Tysvær VK	F					1
Rønnevik	Dag	Tysvær VK	F	2	3	3	5	3
Rørvik	Kirsti	Trondheim AK	F	3	3	4	2	2
Røyseth	Håvar	Tambarskjelvar	F	4	2	3	6	1
Røyseth	Odd Gunnar	Tambarskjelvar	F	2	2	0	1	2
Raad	Ole Erik	Trondheim AK	F	1	2	10	9	13
Salte	Roy Kenneth	Vigrestad IK	F	1	5	8	1	0
Sande	Hans	IL Brodd	f				1	4
Sandvik	Johnny	AK Bjørgvin	Int. II	10	9	11	7	12
Schawland	Christian	Stavanger VK	F			3	1	0
Schawland	Petter	Stavanger VK	K			0	0	0
Schawland	Thomas	Stavanger VK	F			2	1	0
Schjetne	Hallvard	Nidelv IL	Int. II	9	11	9	13	11
Settemsdal	Markus	Nidelv IL	F					0
Sivertsen	Tor Eric	Gjøvik AK	F					3
Skauen	Andreas Nordmo	Oslo AK	F					1
Skaugerud	Bjørn Gunnar	Gjøvik AK	F	7	9	11	6	6

Skeiseid	Svein	Haugesund VK	Int. II	2	2	3	3	2
Skifjeld	Lars Kåre	Grenland AK	K	1	1	0	1	1
Skjoldheim	Roald	Flaktveit IK	F			0	8	5
Sletvold	Vegard	Nidelv IL	K	1	0	0	0	0
Smedshammer	Trond Arild	Gjøvik AK	K	2	6	1	0	0
Sofienlund	Joakim	Gjøvik AK	F	5	4	6	2	2
Solheimsnes	Kristoffer	Gjøvik AK	K	0	0	1	1	1
Solli	Jan Robert	Tønsberg-Kam.	F	11	7	6	12	12
Stavnheim	Jonas	Vigrestad IK	F	11	18	11	11	10
Stikholmen	Runar	AK Bjørgvin	K	1	8	6	0	6
Strand	Aksel	Dale IL	K				0	1
Sunde	Kjell Magne	Stavanger VK	F	3	6	7	4	9
Sæland	Vidar	Vigrestad IK	F	1	3	3	3	2
Sæterdal	Petter N.	AK Bjørgvin	F	7	6	6	5	11
Sørensen	Elias Brattli	Nidelv IL	F					0
Sørå	Jim Andre	Nidelv IL	F					0
Thonerud	Johan	Spydeberg AT	F	10	14	16	13	17
Thonerud	Krister	Spydeberg AT	F					0
Thonerud	Kristoffer	Spydeberg AT	F	11	9	12	8	4
Tiffin	Rebecca	Oslo AK	F					1
Tollefsen	Kim Eirik	Stavanger VK	F	9	4			6
Tollefsen	Kim Eirik	Tønsberg-Kam.	F			4	1	
Trones	Roger	Spydeberg AT	F	8	9	14	12	7
Trødal	Sandra	Tambarskjelvar	K				0	0
Trøan	Jan Egil	Trondheim AK	F				0	10
Ueland	Jon Peter	Vigrestad IK	F	2	0	1	3	5
Ulvan	Kariann	Hitra VK	F					6
Ulvan	Kristian	Hitra VK	F					3
Varlid	Ove	Tambarskjelvar	F	2	4	11	13	9
Varlid	Vebjørn	Tambarskjelvar	F	5	2	6	4	6
Viken	Ingolf	Dale IL	F	1	1	3	5	1
Vold	Aud M. Osnes	Vigrestad IK	F	0	7	2	1	2
Vold	Håvard	Vigrestad IK	K	2	5	3	0	0
Våge	Alexander Kolstø	Tysvær VK	F					2
Våge	Arne	Tysvær VK	F					0
Waksvik	Karl-Magnar	Grenland AK	K	1	1	1	1	1
Walaker	Even H.	Tønsberg-Kam.	F			4	3	5
Walaker	Siri	Haugesund VK	F			0	2	0
Wavold	Oskar Emil	Nidelv IL	K					0
Wiik	Bjørn Tore	Namsos VK	K	4	4	7	9	5
Winger	Marius	Trondheim AK	F				1	3
Wisth	Kamilla	Nidelv IL	F					2
Wisth	Tore	Nidelv IL	F	2	6	9	19	19
Wold	Bjørnar	Spydeberg AT	F					9
Wåsjø	Johanna	Nidelv IL	Int II	8	12	4		
Wåsjø	Johanna	Oslo AK	Int II				1	5
Ødegård	Torbjørn	Vigrestad IK	F	4	6	1	2	5
Aadland	Børge	AK Bjørgvin	F	7	4	6	12	12

Årdal	Jørund	IL Brodd	F				2	8
Aas	Ole Jakob	National	Int. II	12	13	18	14	9
Aas	Ole Martin	National	K			4	9	10
Aas	Steinar A.	National	F			5	10	10
Antall dommeroppdrag totalt				575	624	784	832	945

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 1.1.2014 på grunn av manglende dommeraktivitet:

Mistet dommergraden			Grad	2009	2010	2011	2012	2013
Haug	Lasse Stefan	Tambarskjelvar	K	0	0	0	0	0
Hansen	Vebjørn N.	Tambarskjelvar	K	0	0	0	0	0
Haakonsen	David	National	K	0	0	0	0	0
Johansen	Willy	Nidelv IL	K	0	0	0	0	0
Rasmussen	Tine	National	K	0	0	0	0	0
Shanks	Kevin	Tambarskjelvar	K	0	0	0	0	0
Stein	Mia Othelie	Trondheim AK	K	0	0	0	0	0
Ueland	Frode	Vigrestad IK	K	0	0	0	0	0
Aagesen	Lars Haakon	Namsos VK	K	0	0	0	0	0
Nedgradert til kretsdommer								
Fonnes	Daniel	AK Bjørgvin	K	2	0	1	0	0
Heidenberg	Kenneth	National	K	5	6	2	0	0
Hetland	Ole Morten	Vigrestad IK	K			2	0	0
Haarvei	Erik	IL Milo	K	0	2	1	0	0
Lindanger	Kjetil	Haugesund VK	K	0	2	2	0	0
Smedshammer	Trond Arild	Gjøvik AK	K	2	6	1	0	0
Trædal	Sandra	Tambarskjelvar	K				0	0

HEDERSTEGN OG UTMERKELSER

KONGEPOKAL

Kim Eirik Tollefsen
Anja-Evelin Jordalen

Stavanger VK
AK Bjørgvin

INNSATSPREMIEN (GULLKLOKKA)

Kim Eirik Tollefsen

Stavanger VK

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
2013	Kim Eirik Tollefsen	Stavanger VK +105	329
2013	Anja-Evelin Jordalen	AK Bjørgvin 69	185

AVLAGTE PRØVER TIL VEKTLØFTERSTATUETTEN PR 31.12.13

Andersen Roy J.	Tønsberg-Kameratene	4	ganger
Bakke Ole Jørgen	Larvik AK	1	”
Bjerkholt Kolbjørn	Larvik AK	1	”
Block Jan Erik	Nidelv IL	2	”
Block Jonny	Nidelv IL	6	”
Engvik Kjell Roger	Nidelv IL	4	”
Evjen John Ivar	Orkanger IF	3	”
Eide Magnus	Stavanger VK	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	3	”
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 Mølstad	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 Verkland	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
Ole Erik Raad	Trondheim AK	2013	51
Torstein Gjervan	Trondheim AK	2013	52
Richard Bergmann	Nidelv IL	2013	53

INNEHAVERE AV NVFS VEKTLØFTERPLAKETT I BRONSE

Navn	Klubb	Mottatt	Plakett nr
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
Eskil Lian	Trondheim AK	2013	11
Ole Erik Raad	Trondheim AK	2013	12

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
Eskil Lian	Trondheim AK	2013	8

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
Eskil Lian	Trondheim AK	2013	6

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
Mølstad, 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 Sletsjøe	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 Slettsjøe	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**ENDRINGFORSLAG TIL NVFS TEKNISKE REGLEMENT – SÆRNORSKE BESTEMMELSER****1. Tysvær VK****Forslag vedrørende lagserien:**

Det åpnes for at det kan stille opp til 2 deltakere, i lagserien (6 mannslag), fra en annen klubb om klubben ikke har nok egne deltakere til å stille med rent klubblag. For lag med mindre enn 6 deltakere kan det stille 1 deltaker fra annen klubb under samme kriteriet.

Begrunnelse:

Dette kan motvirke at klubber blir lagt ned eller klubber mister utøvere som ønsker å være med på lag. Det vil også øke nivået da flere klubber kan stille med lag. Det praktiseres i andre idretter.

Forbundsstyrets kommentar:

Styret støtter ikke forslaget. Klubber må heller jobbe for og prioritere å få egne lag i lagserien.

Endringsforslaget omhandler § 27 pkt. 1, i), eventuelt ny bokstav.

2. Tysvær VK**Forslag krav deltakelse i NM:**

Personer som skal delta på NM må ha deltatt på KM eller RM

Begrunnelse:

Det er viktig at unge lovende løftere får sett våre beste løftere i aksjon. Det er også veldig frustrerende for klubber som legger ned mye arbeid i disse konkurransene, og så deltar ikke eliten. Dette er også viktig å vise bredde ovenfor lokale medier.

Forbundsstyrets kommentar:

Styret oppfordrer klubbene å prioritere KM og RM og delta med sine beste løftere der, men støtter ikke forslaget, på grunn av at det kan få uheldige og utilsiktede konsekvenser for noen. Styret foreslår i stedet at 1. runde i Norges Cup 2015 flyttes fram til RM 2015 og utgår fra NM Senior/Veteran 2015!

Endringsforslaget omhandler § 21, pkt. 3.

3. IL Kraftsport**Forslag vedrørende startkontingent:**

Startkontingent i vanlige stevner er maksimalt kr. 200,-

Startkontingent i NM-ene er maksimalt kr. 400,-

Begrunnelse:

Startkontingentene for KM, RM og NM i vektlyfting er uvanlig lave, og gir liten støtte til de klubbene som påtar seg å arrangere disse mesterskapene. Samtidig er for eksempel lokalleie veldig dyrt i disse tider, slik at det her råder et visst misforhold mellom inntekter og kostnader. Det bør være noe mer økonomisk interessant for klubbene å arrangere KM, RM og NM. Startkontingentene bør følgelig oppreguleres.

Forbundsstyrets kommentar:

Styret er åpen for forslaget, men ønsker en debatt på Tinget om beløpets størrelse.

Endringsforslaget omhandler § 4, pkt. 3 og 4

4. AK Bjørgvin

Merkekrav Kvinner:

NB! Gjelder kun justering sølvmerket slik merkekravene bronse-gull får en lik fordeling kilomessig.				
Klasse	Bronse nå	Sølv nå	Sølv ny	Gull nå
44	68	78	79	90
48	73	83	85	97
53	80	91	94	107
58	87	98	101	115
63	92	105	107	122
69	98	112	115	132
75	103	117	121	140
+75	110	125	129	148

Atlet klubb Bjørgvin ønsker å justere kravet til sølvmerket for kvinner noe opp slik at det blir likt antall kg mellom bronse og sølv og sølv og gull. Se tabell ovenfor.

Begrunnelse:

Kravet til NM senior kvinner er sølvmerket og dette ligger i dag nærmere bronsemerket enn gullmerket i kg. Det er nå slik at det er for lett å klare NM kravet senior kvinner. AKB foreslår derfor en liten justering på sølvmerket for kvinner for å rette opp dette.

Forbundsstyrets kommentar:

Styret støtter forslaget.

Endringsforslaget berører § 21, pkt. 3, men medfører ingen endring. (Kravet er fortsatt sølvmerket).

5. Forbundsstyret

Etteranmelding til norske mesterskap:

Styret foreslår at AU kan vurdere å godkjenne etteranmelding til NM inntil en uke etter påmeldingsfristen, mot et gebyr til NVF på 300,- kroner pr løfter.

Begrunnelse:

Styret innser at det kan skje administrative glipper i enkelte klubber. Det er urettferdig at det skal ramme uskyldige aktive!

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

6. Forbundsstyret

Utmelding av NVF klubb og innmelding i samme eller annen NVF klubb:

Styret foreslår at følgende regel fjernes:

§11, pkt. 3

Dersom en aktiv utøver melder seg ut av et lag, kan han/hun ved gjeninnmeldelse i dette laget eller et annet lag tilsluttet NVF, ikke delta i konkurranser før han/hun har vært

medlem i ett år. Unntak fra denne bestemmelsen er direkte overgang fra lag til lag, dvs. innmelding innen 14 dager.

Begrunnelse:

Da regelen ble innført for 30 år siden, var en utmeldt utøver forpliktet til å underkaste seg dopingkontroll en måned etter utmeldingen. Dette er senere endret til ett år. Styret ser derfor ingen grunn til å beholde regelen.

Endringsforslaget omhandler § 11, pkt. 3.

7. Forbundsstyret

5-kampserien – kvinner på herrelag:

En kvinne som brukes på herrelag, må ha resultat med herrekule.

Begrunnelse:

I kulekast beregnes poeng ved å dele lengden i meter på kroppsvekt i kilogram. Det er derfor urimelig at en kvinne kan delta på herrelag med lettere kule enn menn.

Endringsforslaget omhandler § 21, pkt. 5.

8. Forbundsstyret

5-kampserien og lagserien – bruk av kvinner på herrelag:

Maksimalt en kvinne kan brukes på hvert herrelag i 5-kampserien og lagserien.

Begrunnelse:

På herrelagene bør det være flest mannlige utøvere, for å unngå spekulasjoner.

Endringsforslaget omhandler § 27, pkt. 1, i).

9. Forbundsstyret

Rett til å delta i kretsmesterskap og regionale mesterskap:

Alle som er medlem av lag innen kretsen/regionen har rett til å delta i kretsmesterskap og regionale mesterskap. Det gjelder også utenlandske statsborgere, såfremt de har fast bopel i Norge.

Begrunnelse:

Det er etter hvert mange utøvere med utenlandsk statsborgerskap i norske vektløfterklubber. Disse bør kunne delta i kretsmesterskap og regionale mesterskap så snart de er bosatt i Norge og medlem av en norsk klubb, slik det er mulig å delta i lagserien og NM lag.

Endringsforslaget omhandler § 25 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
2013	Larvik AK	Stavanger VK	Larvik AK	Trondh. AK	Vigrestad IK	Vigrestad IK

RESULTATREGNSKAP 2013

KtoNr	KontoNavn	KontoSum	Regn.lfjor
	Driftsinntekter		
3110	avgiftfritt salg	52 660	54 700
3112	avgiftfritt merkesalg	4 370	3 375
3121	Eleiko provisjon	6 877	23 100
3440	rammetilskudd NIF	1 703 440	2 094 018
3441	Andre tilskudd NIF	101 900	35 500
3442	Øremerkede tilskudd fra NIF	572 605	361 250
3444	OLT stipend	0	70 000
3445	NIF momskompensasjon	135 266	97 636
3450	VO tilskudd	26 685	21 825,00
3930	Startlisenser	68 700	61 750,00
3931	Kontigenter lagserien	10 250	15 500,00
3932	Kontigenter 5-kampserien	6 500	4 250,00
3970	Egenandeler reiseutgifter	109 359	68 392,50
3990	Diverse inntekter	2 700	17 300,00
	Sum Driftsinntekter	<u>2 801 312</u>	<u>2 928 596,93</u>
	Driftskostnader		
4220	Ruth stipend	0,00	-35 000,00
4240	Varekjøp	-46 388,67	-131 247,38
4241	Varekjøp ikke salg	0,00	-10 426,00

5000	Lønn/honorarer	-11 749,07	-10 881,55
5001	Lønn sekretær og sportssjef	-301 172,14	-332 516,79
5006	innberetning Ruth husleie	0,00	-36 000,00
5180	Feriepenger	-44 447,30	-46 975,08
5182	Arbeidsgiveravgift feriepenger	-6 267,03	-5 568,31
5401	Arb. giver avgift	-45 482,27	-54 550,43
6390	Andre kontor kostnader blekk/Kopier mm.	-3 558,75	0,00
6440	Leie av bil	-22 117,32	-19 273,61
6451	lisenser IT programmer	-1 390,00	-1 390,00
6541	Kontormaskiner/utstyr	-23 889,00	-54 543,50
6700	revisjonshonorarer/lønn NIF/ regnskap	-35 250,00	-38 750,00
6780	selvstendig næringsdrivende	-109 317,00	-13 390,40
6800	Kontorrekvisita	-9 098,52	-13 960,55
6820	Nytt fra NVF	-52 409,47	-45 518,45
6821	Årsberetningen	-6 750,00	-8 169,00
6860	Møter/kurs/oppdatering	0,00	-13 396,00
6900	Telefon, mobiltf, fax	-10 985,55	-19 898,41
6920	Internett	-38 032,00	-46 579,37
6940	Porto NVF	-17 329,92	-9 532,25
7141	Fly	-745 329,32	-704 255,99
7143	tog	-3 761,00	-3 509,86
7144	hotell	-317 317,45	-185 549,51
7145	Andre reisekostnader/km/mm.	-150 759,67	-248 072,30
7162	Beverting	-83 619,36	-11 958,54
7165	Startsgebyrer utlandet	-210 464,67	-114 899,82
7410	Medlemskontigenter Internasjonelle forbund	-11 099,50	-62 964,11
7420	Gaver/Premier	-27 494,30	-37 715,90
7425	Årets klubb	-9 000,00	-9 000,00
7430	Norges Cup	-83 500,00	-59 152,00
7453	tilskudd særkretser	0,00	-3 150,00
7455	Tilskudd løfteskoler/årets klubb	-168 750,00	-152 646,00
7530	div. forsikringer	-14 838,00	-14 786,00
7790	Diverse driftsutgifter	-134 293,20	-51 289,29
7791	Diverse toppidrett prosjekt kostnader	-57 400,00	-174 683,29
7830	Tap på fordringer	0,00	-11 840,25
	Sum Driftskostnader	-2 803 260,48	-2 793 039,94
	DRIFTSRESULTAT	-1 947,77	135 556,99
	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	32 501,84	4 046,00
	RESULTAT FØR SKATTER	17 587,19	168 058,83
	Sum Skatter og årssdisp	0,00	0,00
	ÅRSRESULTAT	17 587,19	168 058,83

BALANSE 2013

KtoNr	KontoNavn	KontoSum	Regn.lfjor
EIENDELER			
	Omløpsmidler		
1460	varer på lager	228 360,00	210 860,00
1513	debitorer	57 618,65	102 648,36
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	25 960,52	27 019,69
1921	Handelsbanken	286 729,91	364 557,70
1940	sparekonto	387 316,47	397 834,97
1950	skattetrekkskonto	211 835,37	137 883,37
	Sum Omløpsmidler	<u>1 246 330,12</u>	<u>1 289 313,29</u>
SUM EIENDELER		<u>1 246 330,12</u>	<u>1 289 313,29</u>
EGENKAPITAL OG GJELD			
	Egenkapital		
2000	Innskutt egenkapital	1 158 211,04	1 158 211,04
2099	Årsresultat (opptj. egenkap)	17 587,19	0,00
	Sum Egenkapital	<u>1 175 798,23</u>	<u>1 158 211,04</u>
	Kortsiktig Gjeld		
2600	skyldig skattetrekk	14 472,40	15 441,40
2770	skyldig arb.giver avgift	9 912,00	15 172,64
2940	skyldige feriepenge	44 447,30	43 975,07
2941	Arbeidsgiver avgift.av feriepenge	1 700,19	1 633,64
2960	leverandør gjeld	0,00	54 879,50
	Sum Kortsiktig Gjeld	<u>70 531,89</u>	<u>131 102,25</u>
SUM EGENKAPITAL OG GJELD		<u>1 246 330,12</u>	<u>1 289 313,29</u>

PROSJEKTREGNSKAP 2013 OG BUDSJETT 2014

NB! Ikke revidert

Prosjekt	UTGIFTER	Regnskap 2012	Budsjett 2012	Regnskap 2013	Budsjett 2013	Budsjett 2014
	Stevneutgifter					
50001	Nordisk J/U	89 215	130 000	117 793,03	120 000	120000
50000	Nordisk Senior	87 909	90 000	138 980,12	100 000	66000
50002	EM Junior/EM u23	122 316	80 000	70 436,21	60 000	60000
50003	EM senior	75 135	70 000	116 478,42	100 000	60000
50007	VM senior	-		-	50 000	30000
50004	VM Junior	-		-		30000
50005	Elitestevner utl.	27 228		23 309,50	30 000	
	Eleiko GP	-	15 000	-	-	
	Baltic Cup	-	15 000	-		30000
	Universitets VM	-	50 000	-	-	15000
32000	Norske mesterskap	95 119	75 000	35 183,36	100 000	40000
50030	Landskamp	68 374	70 000	34 009,87	60 000	120000
50020	EM u 17år	51 580	20 000	36 411,00	20 000	
50021	EM 2016			18 300,00	15 000	70000
		616 875	615 000	590 901,51	655 000	641000
	Trening og utdanning					
50012	Toppidr.senter	84 000	84 000	99 000,00	84 000	115000
50014	Toppidrettsatsning	468 091	550 000	343 331,22	350 000	480000
71000	klubb- kretsbesøk, samlinger	2 483	50 000	-	50 000	25000
73000	Trenerkurs	47 511	75 000	104 607,54	100 000	200000
73001	Dommerkurs	20 119	20 000	42 932,00	50 000	45000
73030	Klubb/lederutv.	305 604	230 000	502 234,62	230 000	300000
73040	Tilskudd løfterskoler	91 000	60 000	150 568,99	120 000	180000
	Strategimidler		-	-	-	
		1 018 808	1 069 000	1 242 674,37	984 000	1345000
	Gaver/Utmerkelser					
7420	Gaver/Utm.	37 716	50 000	27 494	40 000	28000
32010	Årets klubb / NC	34 000	34 000	92 500	40 000	34000
		71 716	84 000	119 994,30	80 000	62000
	Lønn					
95000	Lønn Ansatte	470 492	500 000	408 100,00	550 000	450000
		470 492	500 000	408 100,00	550 000	450000
	Adm. utgifter				-	

6700	Revisjon/NIF	38 750	45 000	35 250,00	40 000	37000
		38 750	45 000	35 250,00	40 000	37000
	Møter og adm. kurs					
90000	Styrets møteutg.	81 871	70 000	101 570,00	100 000	100000
90010	NVF's Ting	40 300	25 000	12 934,00	40 000	15000
17000	EFW Representasjon	40 359	30 000	34 238,80	50 000	37000
73025	Utdanning/div. møter	59 139	70 000	30 350,41	70 000	35000
		221 668	195 000	179 093,21	260 000	187000
	Driftsutgifter					
6900/ 6920	Telefon/Internett	62 212	50 000	49 017,55	70 000	50000
6930	Oppgradering av hjemmeside	-		-	30 000	80000
6940	Porto	9 532	10 000	17 329,92	10 000	10000
7770	Bankgebyr	-	500	1,50	500	
6541/ 6451	Kontorutstyr	55 934	40 000	25 279,00	60 000	27000
7530	Forsikringer	14 786	25 000	14 838,00	20 000	15000
6800/6390	Rekvisita/andre kostn	13 961	20 000	9 098,52	20 000	15000
	Div.Kostn.	62 714	10 000	57 000,00	5 000	25000
		219 139	155 500	172 564,49	215 500	222000
	Trykksaker					
6820	Nytt fra NVF	45 518	50 000	52 409,47	50 000	0
	Årsoppsummering NVF					15000
6821	Årsberetning	8 169	11 000	6 750,00	15 000	15000
		53 687	61 000	59 159,47	65 000	30000
	Kontingenter					
17010	Int.forbund	14 361	11 000	11 100	15 000	15000
		14 361	11 000	11 099,50	15 000	15000
	Varekjøp					
80000	Varekjøp	141 247	90 000	63 889	100 000	50000
		141 247	90 000	63 888,67	100 000	50000
7830	Tap på fordringer	10 370				
	Totale utgifter	2 877 113	2 825 500	2 882 725,52	2 964 500	3 039 000
	INNTEKTER					

	Tilskudd					
3440	tilskudd NIF	2 094 018	1 800 000	1 703 440	2 000 000	1709600
3441	andre tilskudd NIF	35 500	0	101 900		102000
3450	VO midler	21 825	20 000	26 685	25 000	30000
3442	NIF øremerk midler	361 250	400 000	572 605	450 000	600000
3443	OLT stipend/prosjekt	-	200 000			
3444	OLT stipend/prosjekt	70 000	50 000			
	Strategimidler		0		-	
		2 582 593	2 050 000	2 404 630	2 475 000	2441600
	Kontingenter					
3931	lagserien	15 500	15 000	10 250,00	15 000	12000
3932	5-kampserien	4 250	500	6 500,00	3 500	7500
3930	Lisenser	61 750	48 000	68 700,00	60 000	73900
		81 500	63 500	85 450	78 500	93 400
	Salgsinntekter					
3110	Varesalg	54 700	70 000	52 660	70 000	53000
3112/3113	Salg merker/statuetter	3 375	7 000	4 370	7 000	5000
		58 075	77 000	57 030	77 000	58 000
	Samarbeidsavt./annonser					
3121	Sponsor	23 100	10 000	6 877	10 000	7000
3970	Egenandeler	68 393	70 000	109 359	90 000	115000
3460	Toppidr.senter	84 000	84 000	99 000	84 000	115000
		175 493	164 000	215 237	184 000	237000
	Div. adm. inntekter					
3990	Div. inntekter	17 300	10 000	2 700	20 000	4000
3445	Momskompensasjon	97 636	24 000	135 266	100 000	135000
		114 936	34 000	137 966	120 000	139000
	Finansinntekter					
8040	Renteinntekter	32 575	40 000	29 176	40 000	30000
		32 575	40 000	29 176	40 000	30000
	Totale inntekter	3 045 172	2 428 500	2 900 312,71	2 974 500	2 999 000
	Årsoverskudd / Underskudd	168 058	(397000)	17 587	10 000	(40000)

STYRETS BERETNING 2013

STYREMØTER

Det ble avholdt 6 styremøter i 2013

Nr. 1	Trondheim	26. – 27. januar 2013
Nr. 2	Gardermoen	5. mars 2013
Nr. 3	Gardermoen	25. april 2013
Nr. 4	Gardermoen	20. juni 2013
Nr. 5	Gardermoen	17. september 2013
Nr. 6	Trondheim	1. desember 2013

Tilstede på styremøter har vært:

Navn	26.-27.01	05.03	25.04	20.06	17.09	01.12	TOT
Per Mattingsdal	J	J	J	J	J	J	6
Tryggve Duun	J	J	J	N	J	J	5
Steinar Kvame	J	J					2
Janne Grostad	J	J	J	N	J	J	5
Camilla Carlsen	N	J	J	J	J	J	5
Ove Varlid	J	J	J	J	J	J	6
Johan Thonerud	J	J	J	J	J	J	6
Gunnar Knudsen			J	N	J	J	3
Arne H. Pedersen	J	J	J	J	J	J	6
Arne Grostad	J	J	J	J	J	J	6

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. Katarina Sederholm Hoff har vært ansvarlig for regnskapet.

INTERNETT

Internettssidene 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 2013. Bladet skal være et historisk dokument bestående av artikler fra store mesterskap samt resultatlister. Generalsekretær Arne H. Pedersen er redaktør av bladet. Bladet vil ikke bli gitt ut etter 2013.

FORBUNDETS ØKONOMISKE SITUASJON OG RESULTAT AV VIRKSOMHETEN

Etter styrets oppfatning gir det fremlagte resultatregnskap og balanse for regnskapet 2013 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 2013 har vært Bjørn Gundersen fra revisjonsfirmaet Bjørn Gundersen AS. 2013 er det 9. året han reviderer.

Regnskap 2013 viser et overskudd på kr.17 587,-

ANSATTE

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

Arne Grostad er ansatt i 40 % stilling som sportssjef.

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. 4 396,75 (25 %) til internasjonal stevnevirksomhet i Norge.

Resterende beløp på kr. 13 190,25 settes på egenkapital.

Per Mattingsdal
President

Tryggve Duun
Visepresident

Camilla Carlsen
Styremedlem

Janne Grostad
Styremedlem

Ove Varlid
Styremedlem

TERMINLISTE FOR 2015

24. januar	Regionale mesterskap
6. – 7. mars	NM Senior /Veteraner
21. mars	NVFs Ting
11. april	NM Ungdom
9. mai	NM Junior
13. juni	KM 5-kamp
12. september	NM 5-kamp/Norgescup 3. omgang
17. oktober	Kretsmesterskap
4.-5. desember	NM Lag og Norges Cup