



Regionsmesterskap Styrkeløft 2024 med og uten utstyr HIUL Styrkeløftklubb \ Høland Styrkeløftklubb

Stevnearena:

Hølandshallen
Idrettsveien 4
1960 Løken

Hotell

Høland Gårdsmotell
Priser

Enkeltrom pr natt: Kr. 750,-

Dobbelrom pr. natt: Kr. 990,-

Mindre dobbelrom pr. natt: Kr. 850

Gårdsmotellet har fullt innredet kjøkken for matlaging.

Bestilling

Hotellrom må bestilles på mail: post@gaardsmotell.no

Eller på telefon: 988 66 333

Meld ifra at dere skal delta på RM Styrkeløft i Hølandshallen og dere vil få 10% rabatt.

Idrettslaget har også noen muligheter for overnatting i Idrettslagets lokaler.

Ta kontakt med Bjørn Ottesen om det er av interesse, Mob: 45282191

Om det er fullt på gårdsmotellet er nærmeste hotellmuligheter Lillestrøm.

Ca. 30 minutter kjøring.

Påmelding kan kun skje via klubbsiden på www.styrkeloft.no.

Påmeldingsfrist : 15.10.2024

Påmeldingsavgift

600 kroner

Etteranmelding kan gjøres frem til 20.10.2024

Da koster det 900 kroner

Alle lagledere skal meldes på via klubbsiden på styrkeløft.no

Faktura blir sendt til klubbene etter påmeldingsfristen. Vi ber om samlet betaling fra klubbene.
Merk betalingen med klubbnavn.

Påmeldingsavgift refunderes ikke. Klubbene faktureres for antall påmeldte ved fristens utløp og er selv ansvarlig for kvalitetssikring av egne påmeldinger (inklusive at påmeldte løftere er kvalifiserte for deltagelse).

Annet

Alle utøvere må ha gyldig lisens!

RM er også klassefast!

Utøvere under 18 år må også forberede seg på potensiell dopingkontroll.

Foresatte må gi fullmakt til dette. Dette gjøres på denne siden:

[Samtykkeskjema for dopingkontroll](#)

Vi har vurderer å arrangere bankett, men er litt avhengig av deltagere.

Send mail til Jarle.adolfson@gmail.com blir vi mange nok blir dette i Pellestua i andre etasje på Hølandshallen.

Betaling ordnes på stedet 300,- kr

Bankett arrangeres eventuelt på Lørdag kl: 20, oppdatert informasjon følger

Tidsskjema

Fredag 08.11 2024

Veteraner, Ungdom, Damer og herrer

Innveing kl.08.00

Løfting begynner kl:10:00

Lørdag 09.11 2024.

Åpen klasse, Junior, Damer og herrer

Innveing kl:08:00

Løfting begynner kl:10:00

Søndag 10.11 2024

Alle med utstyr

Innveing kl: 08:00

Løfting begynner kl:10:00

Puljeoppsett og innveingstidspunkter for de ulike klassene kommer innen en uke etter påmeldingsfristens utløp. En gjør oppmerksom på at tidsskjemaet kan endres når antallet i de ulike klassene er klart.

Arrangørkontakt

Jarle Adolfsen

Jarle.adolfsen@gmail.com

Mob: 99239901