

Til regionens medlemmer

Nå som denne spalten på regionens nye hjemmeside tas i bruk for første gang, er det en rekke temaer som kunne vært satt i fokus. Den gode samarbeidet i regionen, for eksempel. Men foran høstsesongen skal det denne gang handle om aktiviteter og kompetanse.

Aktiviteter

I regionens rapport for 2008 skrev undertegnede at aktivitetsnivået i regionen hadde nådd et punkt der vi antakelig var nær grensen for vår kapasitet. Etter den tid har regionen utvidet sitt styre og aktivitetsplanen er utvidet med både regional jentesamling og regionskamp mot Västra Svealand, som Halden SI velvillig arrangerer i år. Gledelig er det at Askim SK og Moss SIK har kommet riktig i siget og arrangerer henholdsvis NM Benkpress og NM U/J/V. Askim SK arrangerer dessuten Sydnorsk styrkeløft & benkpress! Visst går det an å øke både aktiviteten og kapasiteten!

Fra første halvår 2010 vil vi nevne den kjempesuksessen Askim SK hadde med hele 161 deltakere i NM Benkpress. Klubben var også frimodig nok til å reklamere for stevnet med små snutter på lokalradioen, såkalte radiospots. Det er både forfriskende og viktig for vår idrett at noen tør å prøve noe annet enn det vanlige, trauste opplegget.

Nevnes bør også regionens beste juniorer som bidro til at Junior-EM på Hamar ble en utrolig spennende og flott historie, der det til slutt ble gull til Inger Johanne Ruud, Askim SK, sølv til Tutta Kistine Hanssen, Moss SIK og sølv til Hans Erik Folkeseth, Halden SI. Vi gratulerer!

Vi står ved inngangen til en tettepakket høstsesong, og jeg antar at nedenstående utvalg av aktiviteter taler for seg selv.

- Regionens klubblederkonferanse 04. september på Rica Helsefyr Hotell, Oslo.
- Regional ungdomssamling 11-12. september på Toppidrettssenteret, Oslo.
- Regionskamp Styrkeløftregion Øst vs Västra Svealand, 18. september i Halden.
- Sydnorsk Styrkeløft og benkpress, 09-10. oktober på Indre Østfold Bedriftssenter, Askim.
- Regional jentesamling, 30. oktober på Toppidrettssenteret, Oslo.
- NM Ungdom, Junior og Veteran, 19-21. november i Mossehallen, Moss.

Kompetanse

To av de klubbene i vår region som for tiden er mest på hugget, Askim SK og Moss SIK, har begge forstått betydningen av å styrke kompetansen i klubben og er meget aktive deltakere på kurs og samlinger. Begge har meldt på tre deltakere til høstens klubblederkonferanse, der noen sentrale emner for en klubb skal behandles - i tråd med regionens strategi for å øke kompetansen i medlemsklubbene. Man kommer et stykke på vei med entusiasme her i verden, men uten kompetanse brenner man seg lett ut. Både entusiasme og kompetanse må til, enten man skal lykkes med å rekruttere, følge opp sine medlemmer, arrangere mesterskap, lage planer og budsjetter, eller rett og slett lede klubben sin. Følg eksemplet til våre fremgangsrike klubber og styrk kompetansen i klubben din. Still opp på regionens kurs, samlinger og konferanser.

Til slutt håper undertegnede at medlemmene har kommet styrket gjennom sommeren og er klar for nye dyster. En aktiv og fremgangsrik høstsesong ønskes dere fra

Hans Martin Arnesen