



# Styrkeløftregion Øst

## Referat

### Styremøte nr. 2024-03

Tid : 5. september kl. 18.00  
Sted : Storebaug Hotell, Storebaug 2, 1529 Moss

Til stede: Vegard Røysum, Sofie Flyvholm Haug, Jostein Häckert, Eilen Pollen, Sarah N. Elvehøy, Runar Saxegård, Hege Braathen, Vidar Tangen.

Forfall: Hege Berntsen Solberg.

**Habilitet er vurdert:** Eventuell inhabilitet fremgår under den gjeldende saken.

**Styrereferat nr. 2023-02 er godkjent via e-post.**

### AVSLUTTEDE SAKER

05/24 Nytt styre, fordeling av oppgaver.

### VEDTATT PÅ E-POST SIDEN FORRIGE STYREMØTE

- NES SIL gis et tilskudd på kr 4.000.- gis til dekning av egenandel for 2 løftere ved J-VM.
- Det gis fortsatt støtte til løftere ved U/J-nordisk med kr 2.000.- pr. løfter fra regionen.

### VIDEREFØRTE SAKER

#### 01/24 ØKONOMI

Orientering av status v/Hege Braathen

- Bingoinntektene blir betydelig lavere enn budsjettet.
- Tilskudd fra Norsk Tipping er mottatt.
- Det gjenstår midler til 6 klubbbesøk og 1 samling.
- Drakter og T-skjoter er ennå ikke anskaffet.
- Midler til 2 løfteskoler er ikke fordelt (Moss og Lenja?).

Ansvarlig : Hege Braathen  
Status : Videreføres.

## 02/24 AKTIVITETER

- Aktivitetsplan 2024, Ansvar Vegard Røysum.

### Orientering

- Frist for innsending av stevner til NSF er 1. oktober (står også på 011124).
- U/J-nordisk går 13.-15 september. Samme datoer for WEC.
- Ansvarlig for godkjenning av terminliste 8. oktober er Runar.
- Ansvarlig for søknad til NSF 1. november er Hege B,
- Kurs i **Powerlifting live** holdes 19. oktober hos Frogner AK
- Runar holder møte med Høland i oktober i anledning RM. Manglende utstyr lånes fra Lenja AK. Sofie blir regionens representant på mesterskapet. Hun kan også bidra i sekretariatet.

Ansvarlig : Vegard Røysum

Status : Videreføres

## NYE SAKER:

### 07/24 Strategiplan

Strategimøte for klubber og regionsstyret holdes 17. oktober kl 17.30. Kurset holdes på Storebaug Hotell, Storebaug 2, 1529 Moss. Det serveres middag. Instruktør: Vidar Tangen

Ansvarlig: Eilen Pollen.

Status: : Videreføres

### 08/24 Budsjett 2025

- Hva må innhentes av opplysninger?  
Hvert enkelt styremedlem må sendes inn ønsker med kostnader til Hege B. innen 15. oktober 2024.

- I 2025 vil det bare bli gitt reisetilskudd til egenandel ved U/J-nordisk

Ansvarlig: Hege Braathen

Status: Videreføres

### 09/24 Paraidrettssamling

- Informasjon fra Vegard Røysum

Vegard har deltatt på møte i NIF og informerte om dette. Det ble en kort drøfting av rekruttering på dette området.

Ansvarlig: Sarah N. Elvehøy

Status: Avsluttet

## 10/24 Eventuelt

- Eilen bistår med overføring av rekorder og diplomer til websiden.
- Regionstinget planlegges avholdt 1. mars 2025.
- Medlemmer av styret må gi beskjed til valgkomiteen v/Helge Aarsrud hvis de ønsker endring/avløsning. (Det er naturlig at Hege B. går inn i styret da hun er kasserer).
- RM i styrkeløft 2025 arrangeres av Lenja AK 24.-26. oktober

## NESTE MØTE

Dato for neste møte : En tirsdag eller torsdag i januar.

Ansvarlig : Vegard Røysum

Status : Videreføres.

Sarpsborg, 5. september 2024

Vidar Tangen