**Årsberetning 2013**

**Østlandet Vektløfterkrets**

**Organisasjonsnr. 911 784 300**

**1. TILLITSVALGTE I PERIODEN**

Leder Hans Martin Arnesen IL Kraftsport

Nestleder Johan Thonerud Spydeberg Atletene

Styremedlem Rebecca Tiffin Oslo AK

Styremedlem Sandra Daniella Aas T & IL National

Styremedlem Marius Haave Lørenskog AK

Varamedlem Ole Marius Hovdum T & IL National

1. **MEDLEMSKLUBBER**

Kretsen omfatter Akershus, Oppland, Oslo og Østfold.

Akershus IL Kraftsport, Lørenskog AK.

Oppland Gjøvik AK, Valdres Treningsklubb.

Oslo Oslo AK.

Østfold Halden SI, Lenja AK, Moss SIK, Spydeberg Atletene, T & IL National.

1. **STYRETS ARBEID**

Stiftelsesmøte for Østlandet Vektløfterkrets ble avholdt lørdag 23. mars i Spydeberg. Etter stiftelsesmøtet er det avholdt to styremøter, der blant annet handlingsplan, arbeidsfordeling og ulike interne rutiner er vedtatt. De fire idrettskretsene er informert om reetableringen av Østlandet Vektløfterkrets. Kretsen er registrert i Enhetsregisteret, Brønnøysund.

1. **AKTIVITET**

**Generelt**

I Østlandet Vektløfterkrets ble det under sesongen 2013 arrangert i alt 34 stevner, inklusiv 2 kretsmesterskap, KM Østlandet og KM 5-kamp Østlandet. KM Østlandet hadde 38 deltakere. Deltakelsen i KM stiger, og var i 2013 ca. 80 % høyere enn for 2 år siden. Det ble arrangert 1 kretstreningssamling på Gjøvik. Både Spydeberg Atletene og Gjøvik AK arrangerte dommerkurs. Under Allaktivitetsdagene i Østfold ble kretsen representert av T & IL National.

Ine Andersen, Oslo AK og Daniel Roness, Spydeberg AT, kom inn i NVFs satsningsgrupper.

**KM**

KM Østlandet ble arrangert av T&IL National, lørdag 19. oktober i Grålumhallen, Sarpsborg.

KM hadde 38 deltakere.

Stevneleder**:** Johan Thonerud, Spydeberg AT. Sekretær**:** Steinar A. Aas, T & IL National.  
Dommere**:** Ole Jakob Aas, T & IL National, Lars Thomas Grønlien, Oslo AK,

Ole Marius Hovdum, T & IL National, Bjørnar Wold, Spydeberg Atletene, Rebecca Tiffin,

Oslo AK, Christian Lysenstøen, Spydeberg Atletene, Andreas Skauen, Oslo AK,

Geir Johansen, Lenja AK og Ole Martin Aas, T & IL National.

**KM 5-kamp**

KM 5-kamp Østlandet ble arrangert av Gjøvik Atletklubb 15. juni på Gjøvik stadion, Gjøvik.

5-kampen hadde 11 deltakere.

Stevneleder Bjørn G. Skaugerud og sekretær var Eyvind J. Off, begge Gjøvik AK.

Dommere**:** Bjørn G. Skaugerud, Eyvind J. Off, og Joakim Sofienlund, alle Gjøvik AK.

**Dommerkurs**

Spydeberg Atletene var vertskap for dommerkurset 25-26. mai som ble arrangert i

Spydeberghallen, Spydeberg. Kurset hadde 6 deltakere. Alle besto forbundsdommerprøven.

Deltakere**:** Rebecca Tiffin og Andreas Skauen fra Oslo AK, og Robin Andresen,

Christian Lysenstøen, Bjørn Thore Olsen og Bjørnar Wold, alle fra Spydeberg Atletene.

Instruktør**:** Reidar Christian Johnsen.

Ansvarlig**:** Johan Thonerud.

**Dommerkurs**

Gjøvik Atletklubb var vertskap for dommerkurset 28-29. september som ble arrangert i

klubbhuset på Gjøvik. Kurset hadde 6 deltakere. Alle besto forbundsdommerprøven.

Deltakere**:** Tor Eric Sivertsen, Gjøvik AK, Tore Magne Bjørnødegård, Gjøvik AK,

Stig Henning Gillerhaugen, Gjøvik AK, Hans Magnus Kleven, Spydeberg Atletene,

Daniel Roness, Spydeberg Atletene og Krister Thonerud, Spydeberg Atletene.

Instruktør**:** Reidar Christian Johnsen.

Ansvarlig**:** Espen Bjaaland.

**Sommersamling**

Gjøvik AK var vertskap for sommersamlingen 29-30. juni i klubbhuset på Gjøvik Stadion.

Denne ungdoms- og treningssamling hadde 10 deltakere.

Instruktør**:** Boguslaw Debek.

Ansvarlig**:** Rebecca Tiffin.

**Allaktivitetsdager i Østfold**

Allaktivitetsdagene i Østfold forløp 6-7. november i Østfoldhallen/ Idrettens Hus på Rolvsøy. T&IL National stilte på stand med instruktører og nødvendig løfteutstyr (2 vektstenger, skiver og treningsplatting), pluss TV-apparat som viste løfteinstruksjon. I alt 1 600 barn var innom i løpet av de to dagene. De aller fleste fikk prøve seg på vektløfting.

1. **ØKONOMI**

Østlandet Vektløfterkrets kom i ordinær drift i begynnelsen av 2. kvartal 2013. Ettersom de fire idrettskretsene vi tilhører har ulike søknadsfrister, var toget gått i to av disse allerede ved stiftelsestidspunktet. Styret rakk å søke om tilskudd fra Oppland IK og Østfold IK. Gledelig nok bevilget begge tilskudd til oss i 2013. Kretsen fikk også tilskudd fra NVF. Ettersom en stor del av sesongen var gått før kretsen for alvor kom i gang, ble ikke medlemsklubbene avkrevd medlemskontingent i 2013. For øvrig har styret ført en forsiktig økonomisk linje i det første driftsåret. Årsresultatet ble kr 13 123,92.

1. **KRETSENS DOMMERE**

Dommeroppdrag 2012-2013

Etternavn Fornavn Klubb Grad 2012 2013

Andresen Robin Spydeberg AT F 2

Berg Espen Gjøvik AK K 0 0

Bjerke Terje Oslo AK F 0 4

Bjørnerud Åge Willy Gjøvik AK K 0 0

Bjørnødegård Tore Magne Gjøvik AK F 1

Bjaaland Espen Gjøvik AK F 2 2

Debek Boguslaw Spydeberg AT F 1 3

Espenes Espen Spydeberg AT F 2 0

Fagerland Kenneth Spydeberg AT K 4 6

Gillerhaugen Stig Henning Gjøvik AK F 2

Grønlien Lars Thomas Oslo AK F 0 1

Heidenberg Kenneth National F 0 0

Hovdum Ole Marius National F 6 5

Jensen Johnny National F 1 3

Johansen Geir Lenja AK F 3 3

Johansen Olav Gjøvik AK K 2 1

Johansen Rune Lenja AK K 1 2

Klethagen Dag Alexander Gjøvik AK F 3 1

Klethagen Pål Kristian Gjøvik AK F 1 +

Klethagen Tor Kristoffer Gjøvik AK F 0 2

Kleven Hans Magnus Spydeberg AT F 1

Lilleborgen Thomas Lenja AK K 4 5

Lorentsen Amund National F 3 2

Lysenstøen Christian Spydeberg AT F 6

Off Eyvind J. Gjøvik AK F 3 5

Olsen Bjørn Thore Spydeberg AT F 7

Robberstad Øystein Gjøvik AK F 5 4

Roness Daniel Spydeberg AT F 1

Sivertsen Tor Eric Gjøvik AK F 3

Skauen Andreas Oslo AK F 1

Skaugerud Bjørn Gunnar Gjøvik AK F 6 6

Smedshammer Trond Arild Gjøvik AK F 0 0

Sofienlund Joakim Gjøvik AK F 2 2

Solheimsnes Kristoffer Gjøvik AK K 1 1

Thonerud Johan Spydeberg AT F 13 17

Thonerud Krister Spydeberg AT F 0

Thonerud Kristoffer Spydeberg AT F 8 4

Tiffin Rebecca Oslo AK F 1

Trones Roger Spydeberg AT F 12 7

Wold Bjørnar Spydeberg AT F 9

Wåsjø Johanna Oslo AK Int II 1 5

Aas Ole Jakob National Int. II 14 9

Aas Ole Martin National K 9 10

Aas Steinar A. National F 10 10

Antall dommeroppdrag totalt 118 154

1. **SPORTSLIGE RESULTATER**

**World Master Games 2013**

Bronse, Johan Thonerud, Spydeberg Atletene, M6, 94 kg.

**NM Senior 2013**

Damer

Gull, Ine Andersson, Oslo AK, SK, 63 kg.

Bronse, Rebecca Tiffin, Oslo AK, SK, 69 kg.

4. pl., Ingrid Hjulstad, Lørenskog AK, SK, 69 kg.

Herrer

Gull, Øystein Robberstad, Gjøvik AK, SM 105 kg.

Sølv, Daniel Roness, Spydeberg Atletene, SM, 69 kg.

Bronse, Ole Martin Aas, T & IL National, SM, 69 kg.

Bronse, Geir Johansen, Lenja AK, M2, +105 kg.

4. pl., Leik Simon Aas, T & IL National, SM, 85 kg.

5. pl., Dag Aleksander Klethagen, Gjøvik AK, SM, 94 kg.

6. pl., Espen Berg, Gjøvik AK, JM, 94 kg.

6. pl., Terje Bjerke, Spydeberg Atletene, M3, +105 kg.

7. pl., Fredrik Kvist Gyllensten, IL Kraftsport, SM, 77 kg.

9. pl., Espen Bjaaland, Gjøvik AK, SM, 85 kg.

9. pl., Erlend Kraggerud, Spydeberg Atletene, SK, 94 kg.

**NM Veteran 2013**

Gull, Lars-Thomas Grønlien, Oslo AK, M2, 94 kg.

Gull, Geir Johansen, Lenja AK, M2, + 105 kg.

Gull, Bjørn Thore Olsen, Spydeberg Atletene, M3, 69 kg.

Gull, Ole Jakob Aas, T & IL National, M3, 94 kg.

Gull, Terje Bjerke, Spydeberg Atletene, M3, +105 kg.

Gull, Rune Johansen, Lenja AK, M5, 105 kg.

Gull, Johan Thonerud, Spydeberg Atletene, M6, 94 kg. Norgesrekorder i rykk, støt og s.lagt.

Gull, Leif Jenssen, Spydeberg Atletene, M7, 94 kg.

Gull, Hans Martin Arnesen, IL Kraftsport, M8, 85 kg.

Bronse, Tormod Andersen, Lenja AK, M3, 85 kg.

**NM Junior 2013**

Gull, Alexander Vegarud, Spydeberg Atletene, JM, +105 kg.

Sølv, Espen Berg, Gjøvik AK, JM, 94 kg.

Bronse, Hans Magnus Kleven, Spydeberg Atletene, JM, 105 kg.

4. pl., Christian Lysenstøen, Spydeberg Atletene, JM, 69 kg.

4. pl., Vemund Furre, Gjøvik AK, JM, 105 kg.

6. pl., Tom-Erik Lysenstøen, Spydeberg Atletene, JM, 105 kg.

**NM Lag Junior 2013**

Bronse, Spydeberg Atletene (Hans Magnus Kleven, Christian Lysenstøen,

Aleksander Vangen og Tom-Erik Lysenstøen)

1. **REKORDER**

Terje Bjerke, Spydeberg Atletene, 1 norgesrekord i rykk M3, +105 kg og 1 norgesrekord

sammenlagt under ØM 2013.

Johan Thonerud, Spydeberg Atletene, 8 norgesrekorder i M6, 94 kg, under NM 2013;

2 rekorder i rykk, 3 rekorder i støt og 3 rekorder sammenlagt.

Spydeberg, 07. januar 2014

Hans Martin Arnesen Johan Thonerud Rebecca Tiffin

(sign.) (sign.) (sign.)

Sandra Daniella Aas Marius Haave

(sign.) (sign.)