**Til våre medlemsklubber i Østlandet Vektløfterregion**

**Innbydelse til Kompetanselørdag !**

**Østlandet Vektløfterregion innbyr til kompetanseløft for regionens klubber. Både klubbledere, styremedlemmer og ordinære medlemmer kan og oppfordres til å delta.**

**Tid      : Lørdag 31. August 2019, kl. 09.45.  
Sted   : Møterom 331 (Kollen), Osloidrettens Hus, Ekebergveien 101, Oslo.**

Dette er vår tredje kompetanselørdag etter reetableringen av regionen for fem år siden, og i år vil hovedtema være avvikling av og deltakelse på større stevner. Vi håper klubbene i regionen vil være bedre rustet til å arrangere stevner enten alene eller i samarbeid med andre klubber etter denne dagen.

Først holder NVFs president Stian Grimseth foredrag om hvordan store stevner arrangeres. Han vil trekke på kompetansen han har fra deltakelse på store stevner, og selvfølgelig suksessen de opplevde da de holdt Europamesterskap i Førde. Deretter vil det være en bolk med et opplegg fra regionsstyret for å følge opp dette.   
  
**Program:  
09.45-10.00    Åpning ved Nicolai Roness, leder i Østlandet Vektløfterregion.**  
**10.00-12.00    Foredrag ved Stian Grimseth  
12.00-12.45    Lunsj  
12.45-15.00    Opplegg i regi av regionen (detaljer kommer)  
  
Påmelding:**Påmeldingsfrist, onsdag 21. august 2018.   
Vennligst benytt vedlagte påmeldingsskjema.  
Hver klubb kan stille med inntil tre deltakere.  
Påmelding sendes samlet fra klubb til [vektloftingost@gmail.com](mailto:vektloftingost@gmail.com)  
Kursutgifter og servering dekkes av regionen.  
Regionen dekker ikke reiseutgifter.

Velkommen til lederkurs og klubblederkonferanse i Oslo!

Med vennlig hilsen  
Østlandet Vektløfterregion

Nicolai Roness  
Leder

**Påmeldingsskjema – Kompetanselørdag**

**Lederkurs og klubblederkonferanse 2018  
Lørdag 31. august 2019, kl. 09.45, Osloidrettens Hus, Ekeberg, Oslo.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Klubb** |  | **E-postadresse** |  |
| **Kontaktperson** |  | **Telefon** |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Navn** | **Fødsels- dato** | **Adresse** | **E-postadresse** |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

**Påmeldingsfrist: Onsdag 21. august 2018.  
Hver klubb kan stille med inntil tre deltakere.  
Påmelding sendes samlet fra klubb til**[**vektloftingost@gmail.com**](mailto:vektloftingost@gmail.com)