



**Lov og reglement
for
Norges Vektløfterforbund**

INNHALDSFORTEGNELSE

LOV FOR NORGES VEKTLØFTERFORBUND.....	5
<i>KAPITTEL I. INNLEDENDE BESTEMMELSER</i>	5
§ 1. <i>Formål</i>	5
§ 2. <i>Organisasjon</i>	5
§ 3. <i>Oppgaver og myndighet</i>	6
§ 4. <i>Medlemskap</i>	6
§ 5. <i>Kontingenter/avgifter</i>	6
<i>KAPITTEL II. TILLITSVALGTE OG ANSATTE</i>	7
§ 6. <i>Kjønnsfordeling</i>	7
§ 7. <i>Generelle regler om stemmerett, valgbarhet, forslagsrett mv.</i>	7
§ 8. <i>Valgbarhet og representasjonsretten for arbeidstaker og oppdragstaker</i>	8
§ 9. <i>Valgbarhet og representasjonsretten for andre med tilknytning til NVF.</i>	9
§ 10. <i>Inhabilitet</i>	9
§ 11. <i>Vedtaksførhet, flertallskrav og protokoll</i>	10
§ 12. <i>Refusjon av utgifter. Godtgjørelse</i>	11
<i>KAPITTEL III. ØKONOMI</i>	11
§ 13. <i>Regnskap, revisjon, budsjett mv.</i>	11
<i>KAPITTEL IV. TING, STYRE, UTVALG MV.</i>	12
§ 14. <i>Særforbundstinget</i>	12
§ 15. <i>Representasjon på Særforbundstinget</i>	12
§ 16. <i>Ledelse av Særforbundstinget</i>	13
§ 17. <i>Særforbundstingets oppgaver</i>	13
§ 18. <i>Stemmegivning på Særforbundstinget</i>	14
§ 19. <i>Ekstraordinært særforbundsting</i>	14
§ 20. <i>Særforbundets styre</i>	15
<i>KAPITTEL V. ØVRIGE BESTEMMELSER</i>	17
§ 22. <i>Alminnelige disiplinærforføyninger, sanksjoner etter kamp- og konkurranseregler, straffesaker og dopingsaker.</i>	17
§ 23. <i>Avtaler og samarbeid mellom forbundet og næringslivet</i>	17
§ 24. <i>Idrettens markeds-, medie- og arrangementsrettigheter</i>	17
§ 25. <i>Bestemmelser om konkurranseforbud</i>	17
§ 26. <i>Terminer</i>	18
§ 27. <i>Regioner</i>	18
§ 28. <i>Lag og medlemmer – Utenlandske statsborgeres deltakelse</i>	18
§ 29. <i>Amatørregler</i>	19
§ 30. <i>Hedersutmerkelser</i>	19
§ 31. <i>Lovendring</i>	20
§ 32. <i>Oppløsning - sammenslutning</i>	20

TEKNISK REGLEMENT – Særnorske bestemmelser.....	21
<i>Kapitel 1. Arrangementsregler.....</i>	<i>21</i>
§ 1. Arrangører.....	21
§ 2. Innbydelse, innveiing og avvikling.....	21
§ 3. Påmelding.....	22
§ 4. Startkontingent.....	23
§ 5. Stevneprogram (Opphevet i 2018).....	23
§ 6. Stevneprotokoll.....	23
§ 7. Protester.....	24
§ 8. Utelukkelse av deltaker.....	24
§ 9. Innstilling/utsettelse.....	24
§ 10. Stevnefunksjonærer.....	25
<i>Kapitel 2. Stevnedeltakere.....</i>	<i>25</i>
§ 11. Startberettigelse.....	25
§ 12. Tillatelse til å delta på stevner.....	26
§ 13. Uteblivelse (opphevet 2018).....	26
§ 14. Deltakelse ved regionmesterskap og landsdelsmesterskap.....	26
§ 15. Aldersbestemmelser.....	26
<i>Kapitel 3. Utstyr mv.....</i>	<i>27</i>
§ 16. Konkurransestangen.....	27
<i>Kapitel 4. Representasjonsoppgaver.....</i>	<i>27</i>
§ 17. Kvalifiseringsregler.....	27
§ 18. Kvalifiseringsstevner.....	27
§ 19. Sportssjefens innstilling til forbundsstyret.....	28
§ 20. Representasjon.....	28
<i>Kapitel 5. Mesterskapene.....</i>	<i>29</i>
§ 21. Norske mesterskap.....	29
§ 22. Omkostninger og medaljer ved norske mesterskap.....	30
§ 23. Stevneleder ved norske mesterskap.....	30
§ 24. Landsdelsmesterskap.....	30
§ 25. Regionmesterskap.....	31
<i>Kapitel 6. Lagserien.....</i>	<i>32</i>
§ 26. Klasseinndeling i lagserien.....	32
§ 27. Avvikling av lagseriene og lagfinalene (NM lag).....	32
<i>Kapitel 7. Rekordbestemmelser.....</i>	<i>36</i>
§ 28. Klasser der norske rekorder kan settes.....	36
§ 29. Rapportering av rekorder.....	36
§ 30. Premiering av rekorder.....	36
<i>Kapitel 8. Dommere.....</i>	<i>36</i>
§ 31. Dommerkategoriene.....	36
§ 32. Krav for å oppnå nasjonal dommerstatus.....	37
§ 33. Krav for å oppnå internasjonal kategori II.....	37
§ 34. Krav for å oppnå internasjonal kategori I.....	37
<i>Kapitel 9. Reglement for 5-kamp.....</i>	<i>38</i>
§ 35. Øvelser.....	38
§ 36. Aldersklasser.....	38
§ 37. Utførelse av øvelsene.....	38

§ 38. Poengberegning.....	40
§ 39. Protokoller ved 5-kamp.....	40
§ 40. Dommere ved 5-kamp	40
Kapitel 10. Årets klubb	41
§ 41. Kåring av Årets klubb	41
Kapitel 11. Markeds- og rettighetsbestemmelser	42
DIVERSE STYREVEDTAK	45
1. UTØVERKONTRAKTER	45
A) Antidopingkontrakt.....	45
B) Representasjonskontrakt	46
2. MERKEKRAV.....	48
Femkampmerket	48
Vektløftermerkene	48
Det nordiske elitemerket	49
Vektløfterstatuetten	49
Vektløfterplaketten.....	50
Vektløftermerket	50

LOV FOR NORGES VEKTLØFTERFORBUND

Stiftet 7. april 1946.

Senest endret 28. juli 2018

Godkjent av NIF ...

KAPITTEL I. INNLEDENDE BESTEMMELSER

§ 1. Formål

1. Norges Vektløfterforbunds (NVFs) formål er å fremme vektløfting i Norge. Herunder skal NVF fremme generell vekttrening i Norge ved at forbundet og dets medlemsklubber framstår som en naturlig samarbeidspartner for alle andre idretter. NVF skal bidra til samarbeid mellom lagene, og representere idretten internasjonalt
2. NVF skal arbeide aktivt for å hindre bruk av dopingmidler både i Norge og internasjonalt.
3. Gjennom visjonen ”En styrket kropp, et styrket sinn” skal vektløfterforbundet framstå som en dynamisk, helhetlig, strukturert, synlig, tiltrekkende og åpen organisasjon preget av kjerneverdiene fellesskap, respekt, engasjement og struktur
4. I tråd med Norges Idrettsforbunds lov skal arbeidet i tillegg preges av frivillighet, demokrati, lojalitet og likeverd. All idrettslig aktivitet skal bygge på grunnverdier som idrettsglede, fellesskap, helse og ærlighet.

§ 2. Organisasjon

- 1 NVF er en sammenslutning av alle idrettslag som organiserer vektløfting og som er medlemmer av Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité (NIF). Idrettslagene kan organiseres i regioner.
2. NVF er medlem av:
 - a) Norges Idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité (NIF)
 - b) Nordiska Tyngdlyftningsförbundet (NTF)
 - c) European Weightlifting Federation (EWF)
 - d) International Weightlifting Federation (IWF)

NVF er underlagt de til enhver tid gjeldende lover og bestemmelser for disse. NIFs lov gjelder for NVF uavhengig av hva som måtte stå i NVFs egen lov.

3. Opptak av nye idretter i NVF samt endring av NVFs navn, må godkjennes av Idrettsstyret. Idrettsstyret avgjør om den nye aktiviteten er forenlig med NIFs formål og oppfyller NIFs definisjon av idrett. Ved avslag kan NVF fremme forslag om opptak av den nye idretten på Idrettstinget.
4. Alle idrettslag som er tilsluttet NVF plikter å overholde NIFs og NVFs lover, sikkerhetsforskrifter, bestemmelser og vedtak.
5. NVF skal ha det helhetlige ansvaret for vektløfting og representasjonslag i vektløfting for funksjonshemmede.

§ 3. Oppgaver og myndighet

- 1 NVF skal utvikle egen aktivitet, organisasjon, økonomi og ansatte slik at det inøtekommer de krav og utfordringer vektløfterforbundets medlemmer, norsk idrett og internasjonal idrett stiller.
2. NVF er den høyeste faglige myndighet for vektløfting i Norge. Med faglig myndighet menes myndighet i saker som omfatter vektløfting med følgende unntak:
 - a) Spørsmål av organisasjonsmessig art som er felles for flere idrettsgrener.
 - b) Spørsmål vedrørende barne- og ungdomsidrett som er felles for flere idrettsgrener.
 - c) Økonomisk kontroll i henhold til NIFs lov § 4-4 bokstav i. Dette er ikke til hinder for at NVF selv iverksetter kontrollrutiner.
 - d) Internasjonal representasjon i henhold til NIFs lov § 4-4 bokstav j.
3. Samarbeid med idrettsorganisasjoner/utøvere utenfor NIF må være godkjent og underlagt kontroll av NVF.

§ 4. Medlemskap

1. Alle idrettslag som organiserer vektløfting og er medlem av NIF, har rett til å bli medlemmer i NVF.
2. Søknad om medlemskap sendes NVF via idrettskretsen. Utmelding skjer på samme måte.

§ 5. Kontingenter/avgifter

1. Idrettslag betaler ikke kontingent til NVF.
2. Skyldig kontingent/avgifter medfører tap av stemmerett og andre rettigheter på Særforbundstinget. Styret kan frata lag som skylder kontingent eller avgift for mer enn ett år etter forfall, medlemskapet i NVF, og anbefale overfor NIF at laget fratras medlemskap i NIF. Reglene i NIFs lov § 10-2 gjelder tilsvarende

KAPITTEL II. TILLITSVALGTE OG ANSATTE

§ 6. Kjønnfordeling

1. Ved valg/oppnevning av styre, råd utvalg/komité mv. og ved representasjon til årsmøte/ting, skal begge kjønn være representert. Sammensetningen skal være forholdsmessig i forhold til kjønnfordelingen i medlemsmassen, dog slik at det ved valg/oppnevning av mer enn tre personer skal velges/oppnevnes minst to personer fra hvert kjønn. Bestemmelsen gjelder også der det velges mer enn ett varamedlem. Ansattes representant teller ikke med ved beregningen av kjønnfordelingen.
2. Ved valg/oppnevning til styre, råd, utvalg/komité mv. i strid med bestemmelsen, skal styret innen én måned etter årsmøtet/tinget sende ut innkalling til ekstraordinært årsmøte/ting der nytt valg foretas. Eksisterende medlemmer i det aktuelle styret, komiteen mv. blir sittende til nytt styre, komité mv. er valgt/oppnevnt.
3. Ved representasjon må den delegasjon som faktisk møter tilfredsstillende bestemmelsen, hvis ikke mister organisasjonsleddet det antall representanter som mangler for å oppfylle bestemmelsen.
4. Idrettsstyret kan pålegge organisasjonsledd å oppfylle bestemmelsen, herunder å innkalle til nytt årsmøte/ting eller foreta ny oppnevning.
5. Idrettsstyret kan, når det foreligger særlige forhold, gi dispensasjon fra denne bestemmelsen. Det skal så langt det er mulig søkes om dispensasjon i forkant. Søknad om dispensasjon må være sendt til det organ som avgjør dispensasjonssøknaden innen 14 dager etter årsmøtet/tinget. Dispensasjon kan kun gis for én valgperiode/oppnevning av gangen.

§ 7. Generelle regler om stemmerett, valgbarhet, forslagsrett mv.

1. For å ha stemmerett og være valgbar, må man ha fylt 15 år, vært medlem av et idrettslag tilsluttet NVF i minst én måned og ha oppfylt medlemsforpliktelsene jf. NIFs lov § 10-4. Det samme gjelder der en person skal oppnevnes som representant til årsmøte/ting i overordnet organisasjonsledd. Ingen kan møte eller avgi stemme ved fullmakt.
2. En person kan ikke samtidig inneha mer enn ett av følgende verv i NVF: medlem av styret, valgkomité, kontrollkomité, lovutvalg, revisor.

3. Forslagsrett
Møteberettiget komité- og utvalgsmedlem, generalsekretær og sportssjef uten stemmerett har tale- og forslagsrett i saker som ligger innen komiteens, utvalgets, generalsekretærens eller sportssjefens arbeidsområde
 - a) Styret i NVF har forslagsrett til og på Særforbundstinget.
 - b) Et representasjonsberettiget organisasjonsledd har forslagsrett til Særforbundstinget, og dets representant(er) har forslagsrett på Særforbundstinget.
 - c) Møteberettiget komité/utvalg, jf. § 15 (4), har forslagsrett til Særforbundstinget i saker som ligger innenfor komiteens/utvalgets arbeidsområde, og dets representant(er) har forslagsrett på Særforbundstinget innenfor komiteens/utvalgets arbeidsområde.
4. Talerett:
 - a) Revisor har talerett på Særforbundstinget i saker som ligger innenfor sitt arbeidsområde.
 - b) Representant fra NIF har talerett på Særforbundstinget.

§ 8. Valgbarhet og representasjonsretten for arbeidstaker og oppdragstaker

1. En arbeidstaker i et organisasjonsledd er ikke valgbar til styre, råd, utvalg/komite mv. i organisasjonsleddet eller overordnet organisasjonsledd. Tillitsvalgt som får relevant ansettelse i organisasjonsleddet, plikter å fratruke tillitsvervet ved tiltredelse av stillingen, og kan ikke gjeninntre før ansettelsesforholdet er opphørt.
2. En arbeidstaker i et organisasjonsledd kan ikke velges eller oppnevnes som representant til årsmøte/ting eller ledermøte i overordnet organisasjonsledd. Det kan heller ikke velges eller oppnevnes representant som er arbeidstaker i det organisasjonsledd representasjonen skjer.
3. Bestemmelsen får tilsvarende anvendelse på person som har oppdragsavtale som kan sammenlignes med et ansettelsesforhold.
4. Bestemmelsen er ikke til hinder for at organisasjonsleddet gir de ansatte rett til å utpeke ansattrepresentant(er) til organisasjonsleddets styre.
5. En person som er valgt eller oppnevnt i strid med bestemmelsen, anses ikke som valgt eller oppnevnt.
6. Idrettsstyret kan, når det foreligger særlige forhold, gi dispensasjon fra bestemmelsen. Det skal så langt det er mulig søkes om dispensasjon i forkant. Det kan bare gis dispensasjon for én valgperiode/oppnevning av gangen.

§ 9. Valgbarhet og representasjonsretten for andre med tilknytning til NVF.

1. En person som har en avtale med et organisasjonsledd som gir vedkommende en økonomisk interesse i driften av organisasjonsleddet, er ikke valgbar til styre, råd, utvalg/komite innen organisasjonsleddet eller overordnet ledd. Det samme gjelder styremedlem, ansatt, eller aksjonær med vesentlig innflytelse i en juridisk person som har slik avtale som nevnt i første setning. Begrensningen gjelder ikke for styremedlem oppnevnt av organisasjonsleddet. Tillitsvalgt som får en slik avtale, styreverv, ansettelse eller eierandel, plikter å fratruke tillitsvervet, og kan ikke gjeninntre før ansettelsesforholdet mv. er opphørt.
2. Person som i henhold til første ledd ikke er valgbar, kan heller ikke velges eller oppnevnes som representant til årsmøte/ting eller ledermøte i overordnet organisasjonsledd. Det kan heller ikke velges eller oppnevnes representant som har en tilsvarende tilknytning til det organisasjonsledd representasjonen skjer.
3. En person som er valgt eller oppnevnt i strid med bestemmelsen anses som ikke valgt eller oppnevnt.
4. Idrettsstyret kan, når det foreligger særlige forhold, gi dispensasjon fra bestemmelsen. Det skal så langt det er mulig søkes om dispensasjon i forkant. Det kan bare gis dispensasjon for én valgperiode/oppnevning av gangen.

§ 10. Inhabilitet

1. En tillitsvalgt, oppnevnt representant eller ansatt i NVF er inhabil til å tilrettelegge grunnlaget for en avgjørelse eller til å treffe avgjørelse:
 - a) Når vedkommende er part i saken
 - b) Når vedkommende er i slekt eller svogerskap med en part i opp- eller nedstigende linje eller i sidelinje så nær som søsken.
 - c) Når vedkommende er eller har vært gift med eller er forlovet eller samboer med en part.
 - d) Når vedkommende leder eller har ledende stilling i, eller er medlem av styret i et organisasjonsledd eller annen juridisk person som er part i saken.
2. Likeså er vedkommende inhabil når andre særegne forhold foreligger som er egnet til å svekke tilliten til vedkommendes upartiskhet; blant annet skal det legges vekt på om avgjørelsen i saken kan innebære særlig fordel, tap eller ulempe for vedkommende selv eller noen som vedkommende har nær personlig tilknytning til. Det skal også legges vekt på om inhabilitetsinnsigelse er reist av en part.
3. Er en overordnet inhabil, kan avgjørelse i saken heller ikke treffes av direkte underordnet i NVF.

4. Inhabilitetsreglene får ikke anvendelse dersom det er åpenbart at den tillitsvalgte, oppnevnte representanten eller ansattes tilknytning til saken eller partene ikke vil kunne påvirke vedkommendes standpunkt og idrettslige interesser ikke tilsier at vedkommende viker sete.
5. Med part menes i denne bestemmelsen person, herunder juridisk person som en avgjørelse retter seg mot eller som saken ellers direkte gjelder.
6. I styrer, komiteer og utvalg treffes avgjørelsen av organet selv, uten at vedkommende medlem deltar. Dersom det i en og samme sak oppstår spørsmål om inhabilitet for flere medlemmer, kan ingen av dem delta ved avgjørelsen av sin egen eller et annet medlems habilitet, med mindre organet ellers ikke ville være vedtaksført i spørsmålet. I sistnevnte tilfelle skal alle møtende medlemmer delta. Medlemmet skal i god tid si fra om forhold som gjør eller kan gjøre vedkommende inhabil. Før spørsmålet avgjøres, bør varamedlem eller annen stedfortreder innkalles til å møte og delta ved avgjørelsen dersom det kan gjøres uten vesentlig tidsspille eller kostnad.
7. I øvrige tilfeller avgjør vedkommende selv om vedkommende er inhabil. Dersom en part krever det og det kan gjøres uten vesentlig tidsspille, eller vedkommende ellers finner grunn til det, skal vedkommende selv forelegge spørsmålet for sin nærmeste overordnede til avgjørelse.

§ 11. Vedtaksførhet, flertallskrav og protokoll

1. Når ikke annet er bestemt, er styrer, komiteer og utvalg i NVF vedtaksføre når et flertall av medlemmene er til stede. Vedtak fattes med flertall av de avgitte stemmene. Ved stemmelikhet er møteleders stemme avgjørende.
2. Vedtak kan fattes ved skriftlig behandling (for eksempel møte per e-post) eller ved fjernmøte (for eksempel møte per telefon/videokonferanse). Ved skriftlig saksbehandling sendes kopier av sakens dokumenter samtidig til alle medlemmer med forslag til vedtak. For gyldig vedtak kreves at flertallet av medlemmene gir sin tilslutning til det fremlagte forslaget, og til at dette treffes etter skriftlig saksbehandling. Ved fjernmøte skal alle møtedeltakerne kunne høre og kommunisere med hverandre.
3. Det skal føres protokoll fra styremøter

§ 12. Refusjon av utgifter. Godtgjørelse

1. Tillitsvalgt kan motta refusjon for nødvendige, faktiske utgifter som påføres vedkommende i utførelsen av vervet.
2. Tillitsvalgte kan motta rimelig godtgjørelse for sitt arbeid.
3. Godtgjørelse til styret og generalsekretær/daglig leder skal klart fremgå av vedtatt budsjett og regnskap.

KAPITTEL III. ØKONOMI

§ 13. Regnskap, revisjon, budsjett mv.

1. NVF er regnskaps- og revisjonspliktig, og skal følge regnskapsloven og revisorloven. Regnskapsåret skal følge kalenderåret.
2. NVF skal engasjere statsautorisert/registrert revisor og velge en kontrollkomité. Kontrollkomiteens oppgaver følger av § 21.
3. Bankkonti skal være knyttet til NVF og skal disponeres av to personer i fellesskap. Underslagforsikring skal være tegnet for dem som disponerer.
4. På Særforbundstinget skal det fastsettes et budsjett som inneholder alle hovedposter i resultatregnskapet og et langtidsbudsjett på minst to år. Budsjettet skal være realistisk, og resultatet skal ikke vise underskudd med mindre det dekkes av positiv egenkapital. Det vedtatte budsjettet bør fremkomme i egen kolonne når årsregnskapet fremlegges. For særforbund som ikke avholder ordinært særforbundsting hvert år, fastsetter styret årlige budsjetter innenfor rammen av langtidsbudsjettet, og hvis hensiktsmessig fremlegges disse på eventuelle ledermøter eller tilsvarende i perioden mellom tingene
5. Årsregnskap og årsberetning skal fastsettes senest seks måneder etter regnskapsårets slutt. Årsregnskap og årsberetning skal underskrives av samtlige styremedlemmer. Dersom særforbundet har generalsekretær/daglig leder, skal også vedkommende signere.
6. NVF kan ikke gi lån eller stille garantier for lån hvis ikke lånet eller garantien er sikret med betryggende pant eller annen betryggende sikkerhet. Sikkerheten for lån og garantier skal opplyses i note til årsoppgjøret. NVF kan dog delta i NIFs konsernkontoordning etter søknad fra NVF og beslutning fra Idrettsstyret.
7. Disposisjoner, herunder låneopptak, av ekstraordinær karakter eller betydelig omfang i forhold til NVFs størrelse eller virksomhet, skal vedtas på Særforbundstinget.

KAPITTEL IV. TING, STYRE, UTVALG MV.

§ 14. Særforbundstinget

1. NVFs høyeste myndighet er Særforbundstinget som holdes hvert år innen utgangen av mars.
2. Tinget innkalles av styret med minst 4 måneders varsel til de organisasjonsledd som har representasjonsrett. Innkallingen kan henvise til at saksdokumentene gjøres tilgjengelig på internett eller på annen forsvarlig måte. I så fall skal det fremgå at dokumentene vil bli gjort tilgjengelig senest to uker før tinget. Forslag som skal behandles på tinget må være sendt til styret senest 8 uker før tinget. Forslag fra en klubb eller en region skal være forankret i klubbens eller regionens styre. Det skal legges ved utdrag fra referat fra styremøte (som kan være telefonmøte) der forslaget ble behandlet. Det må inneholde dato, deltakere og forslaget. Fullstendig sakliste og andre nødvendige saksdokumenter med forslag må være sendt ut senest 2 uker før tinget.
3. Ved innkalling i strid med bestemmelsen, avgjør Særforbundstinget hhv. under godkjenning av innkalling og godkjenning av saklisten, om Særforbundstinget er lovlig innkalt og om det er saker som ikke kan behandles.
4. Særforbundstinget er vedtaksført med det antall godkjente representanter som møter.
5. På tinget kan ikke behandles forslag om endring i lov eller bestemmelser som ikke er oppført på utsendt/kunngjort sakliste. Andre saker kan behandles når 2/3 av de fremmøtte vedtar det ved godkjenning av saklisten.

§ 15. Representasjon på Særforbundstinget

1. På Særforbundstinget møter med stemmerett:
 - a) Forbundsstyret
 - b) En representant for hvert av de tilsluttede lag
 - c) En representant for hver vektløfterregion
2. Representantene må være valgt på ordinært eller ekstraordinært årsmøte/ting, eller oppnevnt av styret etter fullmakt.
3. Forbundsstyret fastsetter hvor stor del av representantenes reiseutgifter som skal dekkes av forbundet. Reiseutgiftsfordeling (ikke diett) kan benyttes, dvs. at lagenes og vektløfterregionenes reiseutgifter utlignes på deres frammøtte, stemmeberettigede representanter.
4. Videre møter uten stemmerett:

- a) Lederne i de faglige utvalg/komiteer, eventuelt nestleder eller styremedlem dersom leder er forhindret fra å møte.
- b) Kontrollkomiteens medlemmer
- c) Valgkomiteens medlemmer
- d) Revisor
- e) Generalsekretær
- f) Sportssjef

5. Forbundsstyrets og utvalgenes utgifter betales av forbundet.

§ 16. Ledelse av Særforbundstinget

1. Særforbundstinget ledes av valgt dirigent. Verken dirigenten eller referent behøver være valgt/oppnevnt representant. Det kan velges flere dirigenter eller referenter.

§ 17. Særforbundstingets oppgaver

Særforbundstinget skal:

1. Godkjenne de fremmøtte representantene
2. Godkjenne innkallingen, sakliste og forretningsorden.
3. Velge dirigent(er), referent(er) samt 2 representanter til å underskrive protokollen.
4. Behandle årsberetning.
5. Behandle regnskapet i revidert stand.
6. Behandle forslag og saker
7. Fastsette kontingent og avgifter
8. Behandle langtidsplan og langtidsbudsjett
9. Engasjere statsautorisert/registrert revisor til å revidere forbundets regnskap
10. Tinget beslutter datoene for norske mesterskap, regionmesterskapene og landsdelsmesterskapene kommende år. Regionstyrene vedtar arrangører av regionmesterskapene.
Forbundsstyret vedtar arrangører av norske mesterskap og landsdelsmesterskapene samt eventuelt andre større nasjonale eller internasjonale stevner/mesterskap i Norge.
11. Foreta følgende valg:
 - a) Leder og nestleder
 - b) 3 styremedlemmer og 2 varamedlemmer
 - c) Kontrollkomité med leder, 2 medlemmer og 2 varamedlemmer
 - d) Representant til ting og møter i de organisasjonene forbundet er tilsluttet.
 - e) Valgkomité med leder, 2 medlemmer og 1 varamedlem

Leder og nestleder velges enkeltvis. De øvrige medlemmer til styret velges samlet. Deretter velges varamedlemmene samlet, og ved skriftlig valg avgjøres rekkefølgen i forhold til stemmetall.

§ 18. Stemmegivning på Særforbundstinget

1. Med mindre annet er bestemt i denne lov, skal et vedtak, for å være gyldig, være truffet med alminnelig flertall av de avgitte stemmer. Ingen representant har mer enn en stemme. Ingen kan møte eller avgi stemme ved fullmakt. Blanke stemmer skal anses som ikke avgitt.
2. Valg foregår skriftlig hvis det foreligger mer enn ett forslag eller det fremmes krav om det. Hvis det skal være skriftlige valg, kan bare foreslåtte kandidater føres opp på stemmeseddelen. Stemmesedler som er blanke, eller som inneholder ikke foreslåtte kandidater, eller ikke inneholder det antall det skal stemmes over, teller ikke, og stemmene anses som ikke avgitt.
3. Når et valg foregår enkeltvis og en kandidat ikke oppnår mer enn halvparten av de avgitte stemmer, foretas omvalg mellom de to kandidater som har oppnådd flest stemmer. Er det ved omvalg stemmelikhet, avgjøres valget ved loddtrekning.
4. Når det ved valg skal velges flere ved en avstemning, må alle, for å anses valgt, ha mer enn halvparten av de avgitte stemmer. Dette gjelder ikke ved valg av vararepresentant. Hvis ikke tilstrekkelig mange kandidater har oppnådd dette i første omgang, anses de valgt som har fått mer enn halvparten av stemmene. Det foretas så omvalg mellom de øvrige kandidater og etter denne avstemning anses de valgt som har fått flest stemmer. Er det ved omvalg stemmelikhet, avgjøres valget ved loddtrekning.

§ 19. Ekstraordinært særforbundsting

1. Ekstraordinært særforbundsting innkalles av styret med minst 14 dagers varsel etter:
 - a) Vedtak av Særforbundstinget.
 - b) Vedtak av Særforbundsstyret.
 - c) Vedtak av Idrettstinget eller Idrettsstyret
 - d) Skriftlig krav fra de organisasjonsledd som på siste særforbundsting representerte minst $\frac{1}{4}$ av de stemmeberettigede representanter.
2. Ekstraordinært ting innkalles direkte overfor de representasjonsberettigede.
3. Sakslisten og andre nødvendige dokumenter skal enten følge vedlagt innkallingen eller være gjort tilgjengelig på særforbundets internettside eller annen forsvarlig måte. I sistnevnte tilfeller skal det fremgå av innkallingen at saksdokumentene er gjort tilgjengelig på annen måte, og dokumentene skal være gjort tilgjengelig på innkallingstidspunktet.
4. Et ekstraordinært ting er vedtaksført med det antall godkjente representanter som møter.
5. Et ekstraordinært særforbundsting skal bare behandle de saker som er angitt i vedtaket eller i kravet om innkalling av det ekstraordinære særforbundstinget

6. Ved innkalling i strid med bestemmelsene, avgjør det ekstraordinære tinget hhv. Under godkjenning av innkalling og godkjenning av sakslisten, om det ekstraordinære tinget er lovlig innkalt og om det er saker som ikke kan behandles.

§ 20. Særforbundets styre

1. Særforbundet ledes og forpliktes av styret som er forbundets høyeste myndighet mellom tingene.
2. Forbundsstyret skal:
 - a) Iverksette Særforbundstingets og NIFs vedtak og bestemmelser.
 - b) Forestå NVFs daglige administrasjon, representere dette utad og utøve dens faglige myndighet.
 - c) Påse at NVFs midler brukes og forvaltes på en forsiktig måte i samsvar med de vedtak som er fattet på tinget eller av overordnet organisasjonsledd, og sørge for at NVF har en tilfredsstillende organisering av regnskaps- og budsjettfunksjonen, og har en forsvarlig økonomistyring.
 - d) Arbeide med saker som er nevnt i § 3.
 - e) Oppnevne utvalg, råd og komiteer etter oppdrag fra tinget eller som styret finner påkrevet, samt utarbeide mandat/instruks for disse.
 - f) Føre kontroll med at forbundets lover og regler overholdes..
 - g) Oppsette saksliste, utarbeide årsberetning og regnskap for tinget og forberede sakens behandling der.
 - h) Sette opp plan for instruksjon/utdanning for kommende år.
 - i) Sette opp budsjett for kommende år.
 - j) Representere NVF overfor utlandet og uttak av løftere som skal delta i landskamper, nordiske mesterskap og internasjonale konkurranser etc.
 - k) Oversende til NIF årsberetning og revidert regnskap, sende inn søknader om bidrag der NVF er berettiget til det.
 - l) Behandle og avgjøre søknader om arrangementer og sette opp terminliste.
 - m) Opprettholde arkiv og kartotek, samt oppbevare og føre nøyaktig liste over forbundets eiendeler.
 - n) Søke NIF om tildeling av H.M. Kongens pokal.
3. Styret skal holde møter når lederen bestemmer det eller minst to styremedlemmer forlanger det.

§ 21. Faste komiteer

1. Kontrollkomité

- a) Kontrollkomiteen skal føre tilsyn med særforbundets økonomi. Kontrollkomiteen skal påse at særforbundets midler er anvendt i henhold til lover, vedtak, bevilgninger og økonomiske rammer, samt at de foretatte økonomiske disposisjoner er i samsvar med særforbundets lov og beslutninger fattet av særforbundstinget. Kontrollkomiteen skal videre forsikre seg om at særforbundets interne økonomiske kontroll er hensiktsmessig og forsvarlig.
- b) Kontrollkomiteen skal påse at særforbundets regnskapsførsel er pålitelig og at dets årsregnskap og delårsrapporter gir et korrekt uttrykk for særforbundets drift og finansielle stilling. Kontrollkomiteen skal ved gjennomgang av regnskapene vurdere særforbundets finansielle stilling, forvaltning og drift.
- c) Kontrollkomiteen skal ha adgang til samtlige regnskaper og de forskjellige styre- og utvalgsprotokoller og skal gjøre seg kjent med avgitte rapporter fra den engasjerte revisor. Kontrollkomiteen kan bygge på det arbeid som den engasjerte revisor har utført der den finner det hensiktsmessig.
- d) Kontrollkomiteen skal føre protokoll over sine forhandlinger og avgi beretninger til særforbundstinget om sin gjennomgåelse av årsregnskapet/ årsregnskapene og særforbundets anliggender for øvrig, herunder budsjetter og budsjettoppfølging, forvaltning generelt og styrets arbeid/beretning.
- e) For særforbund som ikke har ting hvert år, skal kontrollkomiteen avgi en beretning til det enkelte årsregnskap. For øvrig skal kontrollkomiteen løpende ta opp forhold den finner nødvendig og rapportere gjennom nummererte rapporter til særforbundets styre og revisor.
- f) Kontrollkomiteen kan be engasjert revisor utføre spesielle revisjonshandlinger som de ønsker utført, dersom kontrollkomiteen finner det påkrevd. Slike arbeidsoppgaver kan ikke være i strid med gjeldende revisorlovgivning. Særskilt instruks må i slike tilfeller utarbeides av kontrollkomiteen. Styret må informeres om eventuelle økonomiske konsekvenser av ekstra arbeidsoppgaver for revisor.

2. Valgkomite

Valgkomiteen velges på særforbundstinget på fritt grunnlag, etter innstilling fra styret, og skal legge frem innstilling på kandidater til alle øvrige tillitsverv som skal velges på tinget. Medlem av valgkomite som selv blir kandidat til verv, plikter å tre ut av valgkomiteen.

KAPITTEL V. ØVRIGE BESTEMMELSER

§ 22. Alminnelige disiplinærforføyninger, sanksjoner etter kamp- og konkurranseregler, straffesaker og dopingsaker.

1. For alminnelige disiplinærforføyninger, sanksjoner etter kamp- og konkurranseregler, straffesaker og dopingsaker gjelder NIFs lov kapittel 11 og 12.
2. Alvorlige brudd på teknisk reglement skal varsles til NVF. Som alvorlige brudd på teknisk reglement anses brudd på bestemmelsene om avvikling av stevnet på den dagen stevnet er approbert, gjennomføring av innveing og kravet om godkjente dommere under avviklingen av stevnet. Saker om alvorlige brudd på teknisk reglement skal behandles av «Teknisk utvalg» som skal be om uttalelse fra arrangør og involverte dommere. «Teknisk utvalg» skal legge frem forslag til sanksjoner for NVF forbundsstyre som skal treffe vedtak i saken. I tillegg til at stevneresultatet kan annulleres, kan arrangør og involverte dommere ilegges sanksjoner:
 - a) irettesettelse,
 - b) bot oppad begrenset til kr 50 000 pr. Person og kr 500 000 pr. organisasjonsledd,
 - c) tap av plassering/resultat/poeng
 - d) utelukkelse jf. §11-7 e) (i NIFs lovverk) på inntil tre måneder fra deltakelse i et bestemt tidsrom eller et bestemt antall kamper/konkurranser. Utelukkelse kan besluttes slik at den helt eller delvis sones i terminfestet konkurransesesong.

§ 23. Avtaler og samarbeid mellom forbundet og næringslivet

Avtaler og samarbeid mellom NVF og næringslivet reguleres i NIFs lov kapittel 13.

§ 24. Idrettens markeds-, medie- og arrangementsrettigheter

Markeds-, medie og arrangementsrettigheter reguleres i NIFs lov kapittel 14.

§ 25. Bestemmelser om konkurranseforbud

Idrettsstyret og styret i NVF kan nekte organisasjonsledd og medlem av organisasjonsledd tilsluttet NIF rett til å utøve eller til å medvirke i konkurrerende virksomhet gjennom deltakelse, medlemskap, eller samarbeid med andre rettssubjekter. Nektelse krever saklig grunn.

§ 26. Terminer

1. Regnskapsåret omfatter tiden 1. januar til 31. desember.
2. Konkurransesesongen regnes fra 1. januar til 31. desember.
3. Perioden for oppsetting av terminlisten følger kalenderåret.
4. Søknad om stevner (terminliste) sendes direkte fra regionene til NVF innen 1. september. I spesielle tilfeller kan det søkes om approbasjon av stevner fra regionene eller klubbene etter denne fristen mot et gebyr på kr. 100,-. Slik søknad må være forbundskontoret i hende senest 7 dager før det aktuelle stevnet.

§ 27. Regioner

1. Regioner for vektløfting opprettes av forbundsstyret der dette finner det påkrevd. Dog må det i en region være minst fem lag som er tilsluttet NVF.
2. Konkurranssekretser kan opprettes av forbundsstyret i NVF.
3. Regionens lover skal være i samsvar med NIFs lovnorm for regioner. Regionens lover godkjennes av NVF.

§ 28. Lag og medlemmer – Utenlandske statsborgeres deltakelse

1. NM-lag: Utenlandske statsborgere som har fast bopel i Norge kan delta i og bli norske mestre i NM Lag, forutsatt at de har deltatt i minst to serieomganger for aktuelt lag, og stevnene de har deltatt på har vært arrangert i Norge.
2. NM individuelt: Utenlandske statsborgere som er medlem i norsk vektløfterklubb, kan delta og bli norske mestre i NM for ungdom, NM for juniorer, NM 5-kamp og NM for veteraner når de har hatt fast bopel i Norge i minst 12 måneder etter registrert ankomst til Norge, og de har vært medlem av norsk vektløfterklubb i minst 12 måneder.
Utenlandske statsborgere som er medlem i norsk vektløfterklubb, kan delta og bli norske mestere i NM for senior når de har hatt fast bopel i Norge i minst 3 år etter registrert ankomst til Norge, og de har vært medlem av norsk vektløfterklubb i minst 12 måneder. Deltakere på Norges landslag skal være norske statsborgere.

§ 29. Amatørregler

1. Uten NVFs godkjenning må amatøren ikke delta i:
 - a) Stevner eller oppvisning hvor overskuddet går til private personer eller ikke-idrettslige formål.
 - b) Stevner hvor ikke-amatører deltar.
 - c) Stevner hvor det brukes totalisatorer eller andre former for veddemål.
2. Spørsmål om amatørreglene er overtrådt avgjøres av forbundsstyret.

§ 30. Hedersutmerkelse

1. Æresmedlemskap.

Æresmedlemskap er NVFs høyeste utmerkelse for administrativt arbeid. Det kan tildeles tillitsvalgte som har gjort et særlig fortjenestefullt arbeid på høyeste nivå i NVF. Æresmedlemmet må gjennom en periode på minst 35 år ha bidratt til vektløftersportens fremme både nasjonalt og internasjonalt gjennom sitt arbeid. Æresmedlemskap tildeles primært i et jubileumsår for NVF, etter et enstemmig styrevedtak.
2. NVFs Hederstegn

Hederstegnet er NVFs høyeste utmerkelse for administrativt arbeid på forbundsplan. Hederstegnet tildeles primært personer som gjennom sitt virke i NVFs styre, utvalg eller råd har lagt ned et stort og vesentlig arbeid for vektløfting gjennom mange år. Kandidaten må ha utmerket seg særskilt i sitt arbeid.

Hederstegnet kan også, i unntaksviser tilfeller, utdeles personer som har lagt ned et stort arbeid i egen klubb, eller region på en slik måte at det har påvirket og bidratt vesentlig til vektløftingens fremme i Norge. Kandidaten må i så fall ha utmerket seg særskilt og arbeidet strekke seg over en periode på minst 25 år, eller være kombinert med verv i NVF.
3. Tillitsmannsnåla

Tillitsmannsnåla kan utdeles til personer som har jobbet administrativt i sin klubb i minst 25 år. Arbeidet skal ha vært av vesentlig karakter og ha hatt stor betydning for driften av klubben. Tillitsmannsnåla er spesielt ment for de som gjør en stor administrativ innsats på klubbnivå, men kan også utdeles til andre som har lagt ned vesentlig innsats for norsk vektløfting gjennom mange år.
4. Forslag på kandidater til Æresmedlemsskap, Hederstegnet eller Tillitsmannsnåla sendes NVFs hederstegnutvalg for konfidensiell behandling. Hederstegnutvalget legger frem sin innstilling for NVFs styre. Hederstegnet utdeles på Særforbundstinget etter enstemmig styrevedtak, men kan også utdeles til annen passende anledning. NVFs kontor fører lister over innehavere av NVFs Hederstegn og Tillitsmannsnåla.

§ 31. Lovendring

1. Lovendring kan bare foretas på ordinært eller ekstraordinært særforbundsting etter å ha vært oppført på saklisten, og krever 2/3 flertall av de avgitte stemmer.
2. Lovendringer som følge av endringer i NIFs lov, trer i kraft straks. Lovendringer vedtatt av NVF selv trer ikke i kraft før de er godkjent av Idrettsstyret. Godkjenningen er begrenset til de bestemmelser som NIFs lov omfatter.
3. I forbindelse med godkjenningen kan Idrettsstyret pålegge nødvendig endring for å unngå motstrid med NIFs regelverk.
4. Endringer i §§ 31 og 32 kan ikke vedtas av NVF selv med mindre endringene følger av NIFs regelverk eller lovnorm.

§ 32. Oppløsning - sammenslutning

1. Forslag om oppløsning av NVF må først behandles på ordinært særforbundsting. Blir oppløsning vedtatt med minst 2/3 flertall, innkalles ekstraordinært forbundsting tre måneder senere. For at oppløsning skal skje, må vedtaket her gjentas med 2/3 flertall.
2. Ved oppløsning eller annet opphør av NVF, tilfaller NVFs overskytende midler etter avvikling et formål godkjent av Idrettsstyret. Ved utmelding eller tap av medlemskap tilfaller NVFs eiendeler NIF eller formål godkjent av Idrettsstyret hvis det er ytet offentlige støtte/spillemidler til disse eiendeler.
3. Sammenslutning med annet særforbund anses ikke som oppløsning. Vedtak om sammenslutning og nødvendige lovendringer i tilknytning til dette treffes i samsvar med bestemmelsene om lovendring, jf. § 31.

TEKNISK REGLEMENT – Særnorske bestemmelser

Kapitel 1. Arrangementsregler

§ 1. Arrangører

1. Stevner kan arrangeres av forbundet, regioner eller lag og må avvikles i samsvar med forbundets lov og reglement.
2. Landskamper og internasjonale mesterskap skal dog arrangeres av forbundet, eventuelt i samarbeid med lag/ regioner.
3. Når lag/ regioner står som teknisk arrangør av nordisk mesterskap, landskamp o.l., betaler NVF reise- og oppholdsutgifter for løftere, dommere og ledere. Arrangøren skal betale lokalleie, annonser, premier, bankett o.a. (Arrangøren kan søke NVF om tilskudd til banketten dersom arrangementet går med underskudd). Eventuelt overskudd tilfaller arrangøren.

§ 2. Innbydelse, innveiling og avvikling

1. For seristevner eller andre nasjonale mindre stevner behøver ikke arrangøren å sende innbydelse.
2. Arrangør plikter i god tid før regionale mesterskap og landsdelsmesterskap å sende innbydelse til mesterskapet.
3. Arrangør av NM skal senest 3 måneder før mesterskapet sende innbydelsen til samtlige tilsluttede lag.
4. Innbydelser til mesterskap som nevnt under punkt 1 og 2 skal minst inneholde:
 - a) Stevnets art.
 - b) Dag, tid og sted for stevnet.
 - c) Tid og sted for veiing.
 - d) Påmeldingsfristens utløp.
 - e) Startkontingents størrelse, som betales ved påmelding.
 - f) Meddelelse om at stevnet foregår i samsvar med NVFs lov og reglement.
 - g) Betingelser vedrørende reise og opphold m.v
 - h) Tilkjennegi når de forskjellige puljene skal avvikles.

5. Ved approberte stevner, med unntak av landsdelsmesterskap, regionsmesterskap, norske mesterskap, og internasjonale stevner, skal innveiing starte tidligst to timer før stevnestart, og vare i en time. Innveiingen skal senest være avsluttet 15 minutter før stevnestart.
6. Nøyaktig tidspunkt for innveiing skal være tydelig bekjentgjort i god tid før stevnedato.
7. Når norske mesterskap, regionsmesterskap eller landsdelsmesterskap arrangeres over to eller flere dager, skal de lettere vektklasser gå foran de tyngre med unntak av NM for lag og øvrige tilfeller der rundesystemet er tillat brukt, eller der utøvere kan konkurrere i flere alderskategorier samtidig.

§ 3. Påmelding

1. Påmelding til stevner skal sendes skriftlig og innen fristens utløp.
2. Påmeldingen må minst inneholde deltakerens navn, fødselsdata og hvilken vektklasse vedkommende skal delta i.
3. Løftere (alle kategorier) som er påmeldt til NM for junior og NM for senior kan forandre vektklasse ved henvendelse til arrangøren senest 24 timer før første innveiing i mesterskapet. I NM for Ungdom og NM for Veteraner konkurrerer løfteren i den vektklassen vedkommende veier inn til ved innveiingen.
4. Påmeldingen til NM skal sendes NVF med kopi til det arrangerende lag. For NM ungdom skal påmeldingen inneholde en indikert vektklasse, det vil si kun til informasjon for arrangøren.
5. Påmeldingsfristen til NM Senior er senest tirsdagen etter den helgen landsdelsmesterskapene gjennomføres. Det vil si at påmeldingen skal være postlagt senest denne tirsdagen. Til alle andre NM er fristen tre uker. Det vil si at påmeldingen skal være postlagt senest helgen tre uker før NM. AU kan vurdere å godkjenne etteranmeldinger til NM inntil en uke etter påmeldingsfristen mot et gebyr til NVF på kr. 300,- pr. løfter.
6. Ufullstendige påmeldinger er ikke gyldige. Stevnelederen kan under særlige omstendigheter dispensere herfra og plikter i alle fall å underrette vedkommende lag.
6. For sent innkomne eller ufullstendige påmeldinger er ikke gyldige. Stevnelederen kan under særlige omstendigheter dispensere herfra og plikter i alle fall å underrette vedkommende lag.

§ 4. Startkontingent

1. For stevner som ikke er premierte skal det ikke betales startkontingent.
2. Startkontingenten for premierte stevner er maksimalt kr.150,-.
3. Startkontingenten for RM og Landsdelsmesterskap er maksimalt kr 300,
4. Startkontingenten for NM senior er maksimalt kr. 500,-.
5. Startkontingenten for øvrige norske mesterskap er maksimalt kr. 400,-.
6. Ved andre premierte stevner avgjør arrangøren selv om det skal betales startkontingent og hvor stor den skal være, dog må den ikke overstige tingets maksimumsgrense jfr. Punkt 2.
7. Startkontingenten pr. lag i serien er kr. 500,- for eliteserien og kr. 250,- for øvrige serier.
8. Ved påmelding til NM og andre stevner der startkontingent kreves, er betalingsfristen for betaling av startkontingenten en uke etter påmeldingsfristen. Til NM kan for sent innbetalt startkontingent godtas innen en uke etter fristen mot at det betales dobbel startkontingent. Er ikke dette skjedd, utelukkes deltakeren.
9. Uteblir en påmeldt deltaker fra stevnet, gir dette ikke rett til å få ettergitt startkontingenten, selv om løfteren har gyldig forfall. Omberammes et stevne og en allerede anmeldt deltaker ikke kan starte den nye dato, skal det ikke betales startkontingent for han hvis arrangøren underrettes innen den nye fristens utløp.

§ 5. Stevneprogram (Opphevet i 2018)

§ 6. Stevneprotokoll

1. Nøyaktig oppgave over konkurransen skal registreres på forbundets elektroniske stevneprotokoll.
2. Den elektroniske stevneprotokollen sendes snarest, og senest innen 5 dager til forbundets E-postadresse. Den skal være sendt fra en av arrangørklubbens representanters E-postadresse.
3. Dersom protokollen ikke er NVF i hende innen fristen på 7 (syv) dager kan ikke resultatene fra arrangørens løftere benyttes i inneværende lagserieomgang.
4. Dersom protokollen innleveres innen 14 dager etter datoen for stevnet kan resultatene godkjennes for hver enkelt utøver, men ikke til bruk i lagserien.
5. Unntak fra punkt 3 og 4: Dersom protokollen sendes inn senest når lagserieprotokollen skal leveres iht. regelverket, kan resultatene brukes i lagserien mot å betale et gebyr på kr. 500,- til NVF.

§ 7. Protester

1. Protest mot konkurranser eller mot arrangementer skal skje skriftlig til stevnelederen før stevnet og det blir da tatt stilling til protesten. Protest mot deltakere skal leveres til stevnelederen før stevnet.
2. Dersom saken ikke kan avgjøres, tillates deltakeren å starte og saken oversendes forbundet.
3. Dersom det under konkurransen innkommer protester som stevnelederen ikke kan avgjøre, skal disse oversendes forbundsstyret.

§ 8. Utelukkelse av deltaker

1. Stevnelederen kan utelukke fra videre konkurranse og anmelde til forbundet deltakere eller trenere som under eller i forbindelse med stevnet, viser dårlig opptreden eller ikke etterkommer stevnefunksjonærenes anvisninger. Med «dårlig oppførsel» menes for eksempel banning og/eller protester på dommernes avgjørelser. Eksemplene er ikke uttømmende.
2. NVF kan saksjonere utøveren eller treneren iht. NVFs lov § 22 nummer 1, jfr. NIFs lov kapittel 11.

§ 9. Innstilling/utsettelse

1. Møter bare tre deltakere til start i et stevne eller bare fem deltakere er påmeldt, kan stevnet innstilles. Forbundsstyret kan dispensere herfra.
2. Utsettes stevnet fra den i innbydelsen fastsatte dag, skal også påmeldingsfristen utsettes tilsvarende.

§ 10. Stevnefunksjonærer

1. Hvert stevne skal holdes under ledelse av: Stevneleder, speaker, senterdommer og to sidedommere og en eller flere sekretærer. Dessuten trengs minst to skivepåsettere. Ved store stevner bør man videre ha: Teknisk kontrollør, chief marshall, pressens veileder og lege.
2. Stevnelederen har ansvaret for at stevnet avvikles i samsvar med lov og regler. Stevnelederen skal være forbundsdommer eller ha internasjonalt dommerkort.
3. Speakeren, som samtidig kan være stevneleder, skal holde publikum ajour med stevnets gang, presentere deltakerne, bekjentgjøre vektene, meddele rekorder og det endelige resultat mv. Det er i stor grad opp til speakeren å få avviklet stevnet hurtigst mulig.
4. Sekretæren fører protokoll over konkurransens gang i den elektroniske/manuelle stevneprotokollen. Speaker holdes å jour med stillingen til enhver tid ved å få tilgang til protokollen.
5. Om nødvendig kan en og samme person inneha flere funksjoner hvis disse kan forenes.

Kapitel 2. Stevnedeltakere

§ 11. Startberettigelse

1. Aktiv deltaker kan ved stevner bare representere sitt lag med unntak av landskamper og internasjonale mesterskap hvor han representerer sitt land.
2. En utøver kan skifte klubb en gang pr. sesong med følgende begrensninger:
 - a) Før overgangen kan finne sted må skriftlig inn- og utmelding ha funnet sted.
 - b) Overgangen må ha blitt meldt skriftlig til NVFs kontor av utøveren personlig.
 - c) Alle forpliktelser ovenfor det tidligere lag må være ordnet.
3. I lagserien kan løfteren kun delta for ett lag i sesongen, inkludert NM Lag.
4. Alle som deltar i norske mesterskap og ved representasjonsoppdrag må ha løst lisens:
 - a) Lisensen er kr. 300,- for alle kategorier og skal innbetales av løfterens klubb. Utfylt lisensskjema skal følge betalingen.
 - b) Deltakere ved alle typer norske mesterskap må ha gyldig lisens for å få starte.
 - c) Lisensen følger kalenderåret.

- d) Fristen for betaling av lisens er en uke etter påmeldingsfristen. Dersom lisensen betales etter dette, utløper automatisk et gebyr som tilsvarer dobbel lisens.
- e) Ingen får delta på norske mesterskap eller representasjonslag uten at lisensen er betalt.
- f) Liste over lisensierte utøvere ajourholdes fortløpende av NVF. Listen brukes til kontroll av lisens ved innveiing.

§ 12. Tillatelse til å delta på stevner

1. Ingen kan delta i noe stevne uten å ha tillatelse fra sitt lag.

§ 13. Uteblivelse (opphevet 2018)

§ 14. Deltakelse ved regionmesterskap og landsdelsmesterskap

1. En utøver kan bare delta i ett regionmesterskap innen vektløfting og i ett regionmesterskap innen 5-kamp i løpt av sesongen. (1. Januar til 31. Desember). Det samme gjelder for landsdelsmesterskap

§ 15. Aldersbestemmelser

1. En ungdom kan delta på lokale stevner, først og fremst i egen klubb, fra det året han/hun fyller 6 år. Det skal ikke registreres offisielt resultat for en ungdom før det året han/hun fyller 11 år.
2. En ungdom kan delta på stevner regionalt, der resultatet kun teller regionalt, fra og med det året han/hun fyller 11 år.
3. Alle deltakere til og med 12 år skal få premie dersom premiering skjer.
4. Nedre aldersgrense for deltakelse i alle norske mesterskap, i utlandet og i konkurranser der resultatet teller nasjonalt er det kalenderåret utøveren fyller 13 år. For 5-kamp: se femkampbestemmelsene.

Kapitel 3. Utstyr mv.

§ 16. Konkurransestangen

Konkurransestang på 5 kg, 10 kg og 15 kg tillates brukt for ungdommer av begge kjønn til og med løft på 30 kg (maks 20 kg på 5 kg-stang).

Kapitel 4. Representasjonsoppgaver

§ 17. Kvalifiseringsregler

1. Landskamper og nordiske mesterskap:
 - a) De løftere som ønsker å delta i ovennevnte stevner, må delta i minst ett approbert stevne i løpet av de to siste måneder før kvalifiserings-fristen.
 - b) Kvalifiseringsfristen er seks uker før det aktuelle stevnet dersom NVF ikke bestemmer noe annet.

2. EM og VM:
 - a) Kvalifiseringsfrist for alle EM og VM er fra 6 måneder før mesterskapet arrangeres til minimum 7 uker før mesterskapet starter. Dersom arrangøren har lengre påmeldingsfrist enn 7 uker, settes NVFs kvalifiseringsfrist til en uke før påmeldingsfristens utløp.
 - b) Kvalifisering bør fortrinnsvis skje på større stevner.

§ 18. Kvalifiseringsstevner

Dersom det arrangeres spesielle kvalifiseringsstevner, kan Sportssjefen via forbundsstyret, kreve at en løfter skal stille opp. Dette er spesielt aktuelt dersom det er flere jevne i klassen. Den som blir ”beordret” slik må få varsel minst fire uker før kvalifiseringsstevnet.

§ 19. Sportssjefens innstilling til forbundsstyret

1. Som hovedregel skal Sportssjefen foreslå den løfter i de forskjellige klasser, som har gjort det beste stevneresultatet i løpet av kvalifiseringstiden, uten å ta hensyn til den aktives alder, utviklingsmuligheter m.m. I meget spesielle tilfeller kan det imidlertid være aktuelt å gå utenom denne hovedregel. Sportssjefen må da legge fram en saklig grunn for sin innstilling.
2. Ved nordiske mesterskap, EM og VM kan det være aktuelt å doble i en eller flere klasser. Som hovedregel skal Sportssjefen da foreslå den/de nest beste løftere som har gjort det poengmessig beste resultat i løpet av kvalifiseringstiden. I spesielle tilfeller kan det være aktuelt å gå utenom denne hovedregel. Sportssjefen må da legge fram en saklig grunn for sin innstilling.

§ 20. Representasjon

1. Alle som representerer NVF skal undertegne den til enhver tid gjeldende representasjonskontrakten.
2. Størrelsen på egenandel for representasjon fastsettes av styret i hvert enkelt tilfelle. Egenandeler for en klubb skal ikke overstige 15 000 kroner pr. år.
3. Egenandeler for representasjon skal betales av klubbene. Uttak til representasjonsoppgaver sendes løfterens klubb som bekrefter/avkrefter deltakelse.

Kapitel 5. Mesterskapene

§ 21. Norske mesterskap

1. Norgesmesterskap senior, junior, ungdom og veteran skal holdes hvert år i samtlige vektklasser.

Norgesmesterskap for lag skal holdes hvert år for alle lagserier unntatt 1. divisjon og 2. divisjon, men bare dersom minst fire lag har deltatt i lagserien. De tre eller fire beste lagene deltar i NM for lag.

2. NM 5-kamp skal holdes hvert år i samtlige alderskategorier innen 5-kamp unntatt 11-12 års kategorien.
3. NM-kravet skal revurderes hvert år og fastsettes av NVFs styre før kvalifiseringsperioden starter.

NM KRAV KVINNER		
Klasse	Junior	Senior
48	65	101
53	70	110
58	75	118
63	80	124
69	85	131
75	90	138
90	95	145
+90	100	151

NM KRAV MENN		
Klasse	Junior	Senior
56	117	147
62	130	165
69	142	182
77	155	197
85	165	210
94	175	222
105	184	235
+105	190	242

Krav for NM ungdom	Jenter	Deltatt på minst ett approbert stevne.
	Gutter	

Krav for NM veteran	Kvinner	Deltatt på minst ett approbert stevne.
	Menn	

Antidopingkurset «Ren Utøver» må være gjennomført innen påmeldingsfristens utløp (Gjelder for alle norske mesterskap).

4. Når en løfter har klart kvalifiseringskravet, har han rett til å delta i den klassen han ønsker.
5. Dersom det er satt kvalifiseringskrav for deltakelse i NM gjelder kvalifiseringen fra 1. juli året før til den dagen landsdelsmesterskapene gjennomføres for NM Senior og fra og med forrige NM til og med påmeldingsfristen for andre NM.

6. En seedet gruppe kan utpekes iht. kvalifiseringsresultater. Gruppen består av 6-10 løftere. Rundesystem kan brukes ved avvikling av denne puljen.
7. De dager NM avholdes, må ingen andre vektløfterstevner arrangeres av lag tilsluttet forbundet.
8. Rekkefølgen i alle alderskategorier avgjøres iht. oppnådd resultat i kilo i aktuelle vektklasse. (unntak for NM 5-kamp der femkamp-poeng avgjør rekkefølgen).
9. Etter innveiing og før stevnestart skal det ved alle NM-ene avholdes en Teknisk Konferanse, der alle mesterskapets tekniske funksjonærer har obligatorisk møteplikt. Stevneleder er ordstyrer under møtet.
Ved mesterskap over 2 dager skal det etter første dag gjennomføres et møte for å evaluere første dags dømming.

§ 22. Omkostninger og medaljer ved norske mesterskap

1. Omkostningene ved NM-ene bestrides av den organisasjon som arrangerer dem
2. Ved NM-ene utdeles NVFs gullmedalje til vinneren i hver klasse, sølvmedalje til nr. 2 og bronsemedalje til nr. 3. Medaljene bekostes og leveres av forbundet.
3. Kongepokalen tildeles den norgesmester i NM senior menn og NM senior kvinner som har stevnets beste resultat, utregnet etter forbundets tabell for henholdsvis menn og kvinner.

§ 23. Stevneleder ved norske mesterskap

1. Ved alle NM oppnevner forbundet stevneleder.

§ 24. Landsdelsmesterskap

1. Bestemmelsene for regionmesterskap gjelder også for landsdelsmesterskap (med unntak av tidspunktet).

§ 25. Regionmesterskap

1. Regionmesterskap i veteran, senior, junior og ungdom kan holdes en gang årlig i samtlige vektklasser.
2. Regionmesterskap skal arrangeres av regionen eller ett eller flere lag innen regionen.
3. Regionmesterskap skal holdes i oktober.
4. På de dager regionmesterskap arrangeres må ingen andre vektløfterstevner arrangeres innen regionen.
5. Alle som er medlem av lag innen regionen har rett til å delta i regionmesterskap og landsdelsmesterskap. Det gjelder også utenlandske statsborgere, såfremt de har fast bopel i Norge.
6. Innbydelse til regionmesterskap skal senest 14 dager før stevnet sendes til alle regionens lag som er tilsluttet NVF.
7. Omkostningene ved regionmesterskapene bestrides av den organisasjon som er arrangør.
8. Ved regionmesterskap utdeles gullmedalje til vinneren av hver klasse, sølvmedalje til nr. 2 og bronse til nr. Dessuten kan det foretas premiering som ved andre alminnelige stevner.
9. Arrangøren av RM og LM skal utpekes på NVFs ting jfr. NVFs lov § 5 punkt 9. Regionen skal selv fremme for Tinget forslag om hvem som skal stå som arrangør kommende år.
10. For øvrig får bestemmelsene for NM tilsvarende anvendelse så langt de passer.

Kapitel 6. Lagserien

§ 26. Klasseinndeling i lagserien

1. Det konkurreres i følgende klasser:

- a) Eliteserien menn
- b) 1. divisjon menn
- c) 2. divisjon menn
- d) Eliteserien kvinner
- e) 1. divisjon kvinner
- f) 2 divisjon kvinner
- g) Juniorserien menn
- h) Juniorserien kvinner
- i) Ungdomsserien gutter
- j) Ungdomsserien jenter
- k) Veteranserien menn
- l) 1. divisjon veteraner menn
- m) 2. divisjon veteraner menn
- n) Veteranserien kvinner
- o) 1. divisjon veteraner kvinner
- p) 2. divisjon veteraner kvinner

2. Sammensetning av divisjonene

- a) Ingen klubb kan som hovedregel stille med mer enn ett lag i en serie som har underliggende serie, men dersom det ikke finnes tilstrekkelig antall lag til å opprette ny underliggende serie, kan klubb(er) stille med mer enn ett lag i eksisterende serie. (Regler for å opprette underliggende serie, se § 27 punkt 1k).

* Startkontingent i lagserien: se § 4.

§ 27. Avvikling av lagseriene og lagfinalene (NM lag)

1. Regler for lagserien:

- a) Lagserien i alle alderskategorier går over fire omganger à 2 eller 3 måneder.
1. omgang – januar/februar, 2. omgang – mars/april, 3. omgang – mai/juni, 4. omgang – juli/august/september.
- b) Et lag som deltar i minst en av serieomgangene i NVFs lagserie teller med i serien, på lik linje med lag som er med i alle serieomgangene.
- c) Hvert lag stiller med 5 deltakere, uansett vektklasse, i Eliteserien menn, 1. divisjon menn og 2. divisjon menn. Hvert lag stiller med 4 deltakere, uansett vektklasse, i Eliteserien kvinner, 1. divisjon kvinner og 2. divisjon kvinner, 3 deltakere i øvrige

serier. Et lag må ha minimum 3 (1 på tremannslagene) løftere med i hver serieomgang for å få tellende resultat.

- d) Resultatet i kilo regnes om til poeng, etter forbundets tabell.
- e) For veteranseriene (menn og kvinner) brukes den aldersjusterte poengtabelen.
- f) Omgangsresultatet sendes forbundet senest den 7. i neste måned. Dersom dette ikke skjer får klubben et gebyr på 500 kroner og ny frist på 3 dager til å sende inn resultatet. Dersom den nye fristen ikke overholdes settes omgangsresultatet til 0 poeng.
- g) En løfter kan delta samtidig på så mange lag som klubbens hans vil så fremt at han fyller alderskravene for å delta på det aktuelle laget. En kvinne kan delta både på herrelag og kvinnelag i samme serieomgang eller i samme NM Lag. Når en kvinne benyttes på herrelag så skal Sinclair-tabellen for menn benyttes. Maksimalt en kvinne kan benyttes på hvert herrelag.
- h) Det tillates at utenlandske statsborgere som har fast bopel i Norge kan delta i lagserien.
- i) (Opphevet 2018).
- j) Vinnerlaget i hver serie mottar en premie og kåres til seriemester.
- k) For serier for senior menn, senior kvinner, veteraner menn og veteraner kvinner gjelder:

Dersom flere enn 12 lag er påmeldt, skal de 8 beste lagene utgjøre Eliteserien menn, Eliteserien kvinner, Veteranserien menn eller Veteranserien kvinner. De neste lagene utgjør 1. divisjon menn, 1. divisjon kvinner, 1. divisjon veteraner menn eller 1. divisjon veteraner kvinner. Dersom disse er flere enn 12 lag, skal de 8 beste av disse utgjøre 1. divisjon, og de neste utgjøre 2. divisjon. Eventuelt nye lag og lag med dårligste resultater i forrige sesong, plasseres i laveste divisjon.
- l) Klubber som har med 2 eller flere lag i Eliteserien menn/1. divisjon menn/2. divisjon menn eller Eliteserien kvinner/1. divisjon kvinner/2. divisjon kvinner eller Veteranserien menn/1. divisjon veteraner menn/2. divisjon veteraner eller Veteranserien kvinner/1. divisjon veteraner kvinner/ 2. divisjon veteraner kvinner, må bruke forskjellige løftere på de ulike lagene.
- m) Regler for opp- og nedrykk for senior menn, kvinner, veteraner menn og veteraner kvinner:

De to beste lagene i 1. divisjon rykker opp i Eliteserien menn, Eliteserien kvinner, Veteranserien menn eller Veteranserien kvinner.

De to dårligste lagene i Eliteserien menn, Eliteserien kvinner, Veteranserien menn eller Veteranserien kvinner rykker ned i 1. divisjon.

Opprykk/nedrykk mellom 1. divisjon og 2. divisjon foregår på samme måte.

2. Regler for lagfinalene (NM Lag)

- a) De tre eller fire beste lagene i seriene, med et lag fra hver klubb som tellende etter fire serieomganger, møtes i NM Lag.
Begrensningen om et lag pr. klubb i NM Lag gjelder ikke for kvinneseriene, der en klubb kan ha med flere lag i NM Lag. Resultatene fra NM Lag er avgjørende for rekkefølgen mellom disse fire eller tre lagene.
- b) Ved lagfinalen kan klubbene stille med en reserve for hvert av de lag som er beskrevet i § 27 nummer 1c.
- c) Innen påmeldingsfristen skal løfterne på de enkelte lag meldes inn. Det vil være mulig å bytte ut løftere senest under innveien.
- d) NM lag med tre lag arrangeres bare dersom antall lag som fullfører serieomgangene er mellom fire og fem. NM lag med fire lag arrangeres bare dersom minst seks lag har fullført serieomgangene.
- e) Vinneren av NM lag for de ulike serier kåres til Norgesmester for lag, og det deles ut medaljer til løfterne for de tre beste lagene.
- f) Avvikling av rundesystemet under NM lag kan skje ved å dele lagene i puljer bestående av to eller tre grupper, med fire løftere i hver gruppe, en løfter fra hvert lag, slik arrangøren finner det hensiktsmessig.
Elitelagene for menn deles normalt i to puljer med tre grupper i hver pulje.
Øvrige lag deles normalt i to puljer med to grupper i hver pulje.

Rundesystemet avvikles normalt etter følgende mønster for hver av de aktuelle lagkonkurransene (ungdom gutter, ungdom jenter, junior menn, junior kvinner, elite menn, elite kvinner, veteran menn og veteraner kvinner):

De fire løfterne i 1 gruppe i 1. pulje løfter alle sine rykk. Deretter løfter de fire løfterne i 2. gruppe sine rykk. De fire løfterne i 3. gruppe (dersom det er 3 grupper i puljen) løfter så sine rykk.

5minutters pause.

De fire løfterne i gruppe 1 løfter så sine støt, deretter de fire neste og (eventuelt) de fire siste.

10 minutters pause før neste pulje.

De fire løfterne i 1 gruppe i 2. pulje løfter alle sine rykk. Deretter løfter de fire løfterne i 2. gruppe sine rykk. De fire løfterne i 3. gruppe (dersom det er 3 grupper i puljen) løfter så sine rykk.

5 minutters pause.

De fire løfterne i gruppe 1 løfter så sine støt, deretter de fire neste og (eventuelt) de fire siste.

Dersom det er færre enn 8 løftere i en pulje (med to grupper) eller færre enn 12 løftere (i en pulje (med tre grupper) kan grupper slås sammen slik at rundesystemet avvikles for hele puljen (i puljer med to grupper) eller med to grupper (i puljer med tre grupper).

- g) En løfter kan delta i flere lagkonkurranser i NM Lag (forskjellige alderskategorier) hvert år.
- h) Klubber eller kretser som er kvalifiserte til NM Lag må melde fra om de stiller lag eller ikke innen 15. oktober.

- i) Dersom et lag ikke møter eller ikke kan stille med fullt lag, kalles neste lag inn. Når vi har 1. divisjon for senior menn, senior kvinner, veteraner menn eller veteraner kvinner, og lagene ovenfor på tabellen i Eliteserien menn, Eliteserien kvinner, Veteranserien menn eller Veteranserien kvinner av en eller annen grunn, takker nei til å delta i NM Lag, inviteres ikke de to dårligste lagene i disse seriene til å delta i NM Lag. De som uteblir fra NM Lag får ingen medaljer.
- j) Sted for NM Lag fastsettes av forbundet, dog slik at en av deltakerne i NM Lag står som teknisk arrangør. NM Lag arrangeres i november/desember.
- k) Dersom det viser seg at et resultat for en løfter i lagserien må strykes, har laget anledning til å erstatte dette med et resultat fra en annen løfter.
- l) Kvinner som deltar på herrelag i NM Lag får kvinnepoeng i Norges Cupen for kvinner med samme resultat.

3. Regler for lagserien i 5-kamp.

- a) Det konkurreres i følgende klasser for begge kjønn:
 - 1. Ut det året man fyller 18 år
 - 2. Over 18 år
- b) Det avvikles 3 omganger: april/mai, juni/juli/august og september/oktober
- c) Et lag som deltar i minst en av serieomgangene i NVFs 5-kampserie teller med i serien, på lik linje med lag som er med i alle serieomgangene.
- d) Hvert lag stiller med 3 deltakere i hver av klassene. Et lag må ha minimum 1 deltaker med i hver serieomgang for å få tellende resultat.
- e) Omgangsresultatet sendes forbundet senest den 7. i neste måned. Dersom dette ikke skjer får klubben et gebyr på 500 kroner og ny frist på 3 dager til å sende inn resultatet. Dersom den nye fristen ikke overholdes settes omgangsresultatet til 0 poeng.
- f) En løfter kan delta samtidig på så mange lag som klubben hans/hennes vil så fremt han/hun oppfyller alderskravene for å delta på de aktuelle lagene.
- g) En kvinne kan delta både på herrelag og kvinnelag i samme serieomgang.
- h) Maksimalt en kvinne kan benyttes på hvert herrelag
- i) En kvinne som brukes på herrelag, må ha resultat med herrekule (i sin alderskategori).
- j) Det tillates at utenlandske statsborgere som har fast bopel i Norge kan delta i 5-kampserien.
- k) Vinnerlaget i hver 5-kampserie mottar en premie og kåres til 5-kamp seriemester. (Se for øvrig 5-kampreglementet).

Kapitel 7. Rekordbestemmelser

§ 28. Klasser der norske rekorder kan settes

1. Det kan settes norske rekorder i alle alderskategorier, vektklasser og øvelser som er omhandlet i NVFs reglement.
2. Norske rekorder kan bare settes av norske statsborgere. Norske rekorder noteres og godkjennes av forbundsstyret.
3. Norsk rekord kan bare settes på stevner med tre godkjente dommere, og det må være minst en dommer fra en annen klubb enn utøvers klubb som bedømmer rekorden.

§ 29. Rapportering av rekorder

1. Norsk rekord krysses av på egen rubrikk i stevneprotokollen

§ 30. Premiering av rekorder

1. Det tildeles diplom til rekordsetteren for norske rekorder i alle klasser og kategorier.

Kapitel 8. Dommere

§ 31. Dommerkategoriene

1. Nasjonalt:
 - a) Forbundsdommer: kan dømme i alle nasjonale konkurranser og mesterskap.
 - b) Regionsdommer: kan dømme i alle nasjonale konkurranser bortsett fra norske mesterskap.
2. Internasjonalt:
 - a) Kategori 1, kan dømme i alle nasjonale og internasjonale konkurranser og mesterskap, samt tjenestegjøre i en internasjonal jury.
 - b) Kategori II, kan dømme i alle nasjonale og internasjonale konkurranser og mesterskap bortsett fra VM og OL.

§ 32. Krav for å oppnå nasjonal dommerstatus

1. For å få nasjonal dommerstatus må en tilfredsstille de krav NVF til enhver tid bestemmer.
2. For å bli Regiondommer kreves at det avlegges dommerprøve og at en består denne, med minst de til enhver tid fastsatte minimumspoeng. Regiondommergrad kan oppnås fra og med det året man fyller 15 år.
3. For å bli forbundsdommer kreves at det avlegges dommerprøve og at en består denne med minst de til enhver tid fastsatte minimumspoeng. Forbundsdommergrad kan oppnås fra og med det året man fyller 17 år.
4. Forbundsdommere som ikke har vært aktive, dvs. har dømt, vært sekretær, speaker, teknisk funksjonær eller stevneleder, på stevner på 2 år blir automatisk regiondommere og må avlegge ny prøve for å bli forbundsdommer igjen. Dersom dommeren ikke har vært aktiv på 5 år mister han/hun også kretsdommergraden.
5. Teknisk utvalg vurderer hvem som til enhver tid har rett til å fungere som dommer.

§ 33. Krav for å oppnå internasjonal kategori II

1. Dyktige dommere med forbundsgrad kan komme i betraktning for opprykk til internasjonal dommer, kategori II. Vedkommende må da bestå en teoretisk og praktisk prøve.
2. Internasjonale dommere som ikke har dømt på to år nedgraderes til forbundsdommere.

§ 34. Krav for å oppnå internasjonal kategori I

1. Dommer med internasjonal dommerbok, kat. II kan gis anledning til å gå opp til eksaminasjon for kat. I.
2. Følgende forhåndsvurdering foretas:
 - a) Behovet for kat. I dommere
 - b) Alder
 - c) Hvilke muligheter har NVF til å benytte han/henne som dommer internasjonalt
 - d) Ansiennitet som kat. II dommer
 - e) Hvor aktiv har vedkommende vært som dommer
 - f) Vedkommendes innsats for vektløfting i sin helhet
3. Internasjonale dommere som ikke har dømt på to år nedgraderes til forbundsdommere.

Kapitel 9. Reglement for 5-kamp

§ 35. Øvelser

1. Femkamp i vektløfting består av:
 - a) Tre-hopp, Kulekast, 40 meter sprint, rykk og støt
 - b) Øvelsene utføres i den rekkefølge som arrangøren bestemmer

§ 36. Aldersklasser

- 1 Det konkurreres i aldersklassene 11-12 år, 13-14 år, 15-16 år, 17-18 år, over 18 år.

§ 37. Utførelse av øvelsene

1. Tre hopp.
 - a) Hver utøver har tre forsøk.
 - b) Beste forsøk føres i protokollen.
 - c) Gjennomføres ved at utøveren hopper med samlede bein, tre hopp fortløpende i rekkefølge uten stans mellom hvert hopp.
 - d) Start foregår fra en startlinje eller satsplanke/plass.
 - e) Startlinjen, planken/satsplassen kan være formet slik at den gir utøveren frasparksmuligheter.
 - f) Satsplassen kan maks være oppbygget 9 cm (løfteplatt høyde).
 - g) Tærne kan stikke fram foran planken i satsøyeblikket dog uten at en på noe tidspunkt i satsen berører grunnen foran/ved avsatsen med tær eller fotblad/såle.
 - h) Utøveren starter fra stillestående posisjon.
 - i) Berøring av bakken med armer under hoppet (unntatt ved siste landing) regnes som underkjent hopp.
 - j) Bakerste nedslagsmerke, uansett kroppsdel, er målepunkt for hopplengden.
 - k) Hopplengden måles vinkelrett på satsstreken/planken eller vinkelrett på dens forlengelse (jfr. lengdehopp/tresteg i friidrett).

2. Kulekast.

- a) Hver utøver har tre forsøk. Beste forsøk føres i protokollen.
- b) Kastet gjennomføres med ryggen mot kastretningen.
- c) Start foregår bak en opptegnet startlinje eller et kuleringsbrett/satsbrett. Lengste tilløp er 213,6 cm (kuleringsens diameter).
- d) Kula kastes med begge hender bakover over hodet.
- e) Det tillates sats fra kanten av stoppbrett i kuling/satsbrett.
- f) Ved utførelsen av kastet kan det gjøres baklengs hopp i kastretningen.
- g) Det tillates landing foran kanten av startlinjen/stoppbrett/satsbrett etter at kula har forlatt hendene.
- h) Makshøyden for stoppbrett eller satsbrett settes lik høyden på stoppbrettet i en godkjent kuling.

Kulestørrelser:

ALDER	GUTTER KULE	JENTER KULE
11 - 12	2 kg	2 kg
13 - 14	3 kg	2 kg
15 - 16	4 kg	3 kg
17 - 18	5 kg	3 kg
+18	5 kg	3kg

3. 40 meter sprint.

- a) Hver utøver har to forøk.
- b) Startstillingen er liggende på magen med hodets topp på startlinjen. Armene skal være strukket fullt ut framover og beina skal være strake bakover.
- c) Tid tas fra startsignal til første kroppsdel passerer mållinjen.
- d) Minste måleenhet er 1/10 sekund.
- e) Det vil si at hundredelene strykes ved at nærmeste 10-del oppover blir tellende tid. F.eks. 7,21 sek = 7,3 sek. 7,91 sek. = 8,0 sek.
- f) Regelverket tar utgangspunkt i elektronisk tidtaking. Dersom tidtakingen gjøres manuelt skal det gis et tillegg på 0,2 sekunder på den manuelt registrerte tiden. Dette skal gjøres av arrangøren umiddelbart og føres i protokollen med justert tid.
- g) Ved NM 5-kamp, og om mulig ved regionmesterskapene, skal det brukes elektronisk tidtaking.

4. Rykk. Utføres og gjennomføres som beskrevet i IWFs tekniske reglement.

5. Støt. Utføres og gjennomføres som beskrevet i IWFs tekniske reglement.

§ 38. Poengberegning

1. Tre hopp: 5 meter = 100 poeng, dvs. 1 cm = 0,2 poeng.
Eks. 7,63 meter = 763 cm x 0,2 poeng = 152,60 poeng.
2. Kulekast: blir kastlengde i cm delt på 10 ganget faktor 1,1.
Eksempel: Lengde 12,55: $(1255/10) \times 1,1 = 150,60$ poeng.
3. 40 meter: 8,0 sekunder = 80 poeng.
1/10 sek. hurtigere = + 4 poeng. 1/10 sek. Langsommere = - 4 poeng.
Lavest mulig poengsum er 0 poeng.
4. Det blir brukt samlet resultat av rykk og støt i Sinclair-poeng ganget med faktor 1,2.
5. Utgått
6. Støt: Beste støt x 100 delt på kroppsvekt = poengsum. Eks: 120 kg x 100 : 70 (kg kroppsvekt) = 171,43 poeng.
7. Totalsum: Legg sammen poengsum for de fem øvelsene
8. Avrunding: Ingen poengsummer skal ha flere desimaler enn 2. Vanlige regler for forhøyning/avrunding benyttes for alle øvelser med unntak av sprint! (se beskrivelse av sprintøvelsen). Eks: 94,723 = 94,72 menes 94,725 = 94,73. Dvs. at dersom tredje desimal er 1,2,3 eller 4, avrundes resultatet slik at 2. desimal blir slik den er før avrunding. Dersom 3. desimal er 5,6,7,8, eller 9, avrundes 2. desimal ett hakk opp.

§ 39. Protokoller ved 5-kamp

1. Det skal fylles ut en særskilt protokoll for femkamp.
Protokollen omfatter alle de fem øvelsene.

§ 40. Dommere ved 5-kamp

1. For bedømming av rykk og støt kreves tre dommere med minimum kretsdommerkort.
2. For bedømming av de Tre hopp, kulekast og 40 meter sprint kreves 1 dommer med alminnelig god dømmekraft.

Kapitel 10. Årets klubb

§ 41. Kåring av Årets klubb

1. Hvert år skal NVF kåre årets klubb
2. Årets klubb skal utpekes på bakgrunn av det totale antallet oppnådde NM-poeng i henhold til følgende plasseringspoeng:

<u>Nr</u>	<u>Poeng</u>
1	12
2	10
3	9
4	8
5	7
6	6
7	5
8	4
9	3
10	2

11 1 Alle som har deltatt ut over nummer 11 skal tildeles 1 poeng.

3. Hver klubb kan delta med så mange løftere/lag de vil.
4. (Bestemmelse om kretslag opphevet i 2018).
5. Følgende stevner/serier teller like mye i konkurransen:
NM senior, NM junior, NM ungdom, NM veteran, NM femkamp og NM lag samt seriene inkludert 5-kamp serien:
 - a) De lagene som deltar i lagfinalen tildeles henholdsvis 12, 10, 9 og 8 poeng iht. plasseringen under NM for lag.
 - b) Øvrige deltakende lag i seriene tildeles henholdsvis 8,7,6,5,4,3,2, poeng iht. oppnådd poengsum i serien uavhengig av hvilken divisjon laget har deltatt i.
 - c) Lag som totalt sett plasserer seg som nummer 11 eller dårligere skal ha 1 poeng slik at alle lag som deltar i seriene får poeng.
6. NVF ajourfører resultatlisten etter hvert NM.
7. Etter årets siste NM kåres Årets klubb.
8. De tre beste klubbene premieres.

Kapitel 11. Markeds- og rettighetsbestemmelser

§ 42 Virkeområde, formål og omfang

Disse bestemmelser gjelder for Norges Vektløfterforbund (heretter NVF) og dets organisasjonsledd (klubber og kretser/regioner) og kan bare endres av NVF v/Særforbundstinget. Det er kun ovennevnte organisasjonsledd som kan inngå markedsavtaler med næringslivet. Dette betyr at enkeltmedlemmer/utøvere ikke kan inngå personlige markedsavtaler knyttet til deres sportslige virksomhet, jf. NIFs lov § 13-3.

Bestemmelsenes formål er å regulere forholdet mellom NVF med tilhørende organisasjonsledd og næringslivet, samt å regulere det interne forholdet mellom NVF og dets underordnede organisasjonsledd.

Bestemmelsene omfatter alle markedsavtaler som gjelder reklame og annen profilering, herunder blant annet:

- a) På konkurransedrakter, oppvarmingsdresser, sportsutstyr mv
- b) På idrettsarena, i haller mv
- c) I medlemsblad, program og annonser i dagspresse, ukepresse, radio, tv og internett mv
- d) Ved underholdning og lignende tiltak i forbindelse med arrangementer mv
- e) Bruk av utøvere i markedsføringsøyemed
- f) Bruk av organisasjonsleddenes logo/emblem mv

Disse markedsbestemmelser er utformet i henhold til NIFs lov kapittel 13 (Avtaler mellom idretten og næringslivet) og 14 (Rettighetsbestemmelser m.v.) og er også underlagt disse bestemmelsene.

§ 43 Rett til å inngå avtaler

Alle markedsavtaler med næringslivet skal inngås av organisasjonsledd. Regioner kan likevel ikke inngå markedsavtaler uten etter forutgående skriftlig samtykke fra NVF.

NVF har i særlige tilfeller (f eks i kontrollformål) innsynsrett i markedsavtaler med næringslivet inngått av underordnet organisasjonsledd (regioner og klubber).

Alle avtaler skal være i henhold til NIFs lov og norsk lovgivning (f eks lov om pengespill m.v.).

§ 44 Utøvers forbeholdsrett

Utøver kan ta forbehold om ikke å bli benyttet i markedsføring dersom slik medvirkning vil stride mot utøvers etiske eller moralske overbevisning. Dersom det oppstår tvil om utøverens overbevisning oppfyller kravene i første punktum, avgjøres dette av NIF v/Idrettsstyret.

§ 45 Medierettigheter

Det vises til NVFs lov § 22 samt til NIFs lov § 14-2.

§ 46 Øvrige markedsrettigheter

1. *Markedsrettigheter knyttet til idrettsarrangement*

NVF har eiendomsretten til de idrettsarrangementer det selv arrangerer og til idrettsarrangementer som er en del av et konkurransesystem regulert av NVFs regelverk samt NIFs lov § 14-1.

NVF har i henhold til ovennevnte bestemmelse eiendomsretten til følgende idrettsarrangement:

NM (*alle kategorier*)

Retten til arrangement innebærer rett til å stille betingelser for deltakelse, rett til å kreve vederlag fra publikum, retten til å utnytte de økonomiske muligheter som arrangementet gir grunnlag for, herunder retten til å stille vilkår for medienes dekning av arrangementet.

Når det gjelder NM avgir NVF følgende rettigheter til teknisk arrangør (klubbene):

- Alle rettigheter til stevnehallreklame. Det skal imidlertid innrømmes plass til NVFs generalsponsorer kostnadsfritt.
- Alle rettigheter til publikumsinntekter
- Alle rettigheter til draktreklame
- Alle rettigheter til utstyr

For øvrige idrettsarrangementer har det organisasjonsleddet som arrangerer arrangementet, eiendomsretten til dette. Klubber og regioner som ønsker å arrangere egne idrettsarrangementer, skal senest innen 1 uke før arrangementets starter søke NVF om tillatelse til å arrangere det aktuelle arrangementet.

I internasjonale konkurranser der utøverne representerer NVF skal utøverne konkurrere i landslagsdrakter og følge NVFs bekledningsinstruks. Blant disse konkurranser nevnes særskilt:

- VM (junior og senior)
- EM (junior og senior)
- Nordisk Mesterskap (ungdom, junior og senior)
- Landskamp

2. *Annen markedsføring*

NVF eier samtlige markedsrettigheter som omfattes av landslagsvirksomheten, herunder blant annet alle rettigheter knyttet til markedsføring av de utøverne som til en hver tid er uttatt på landslaget.

Klubbene eier samtlige markedsrettigheter som omfattes av klubbvirksomheten, dog med de begrensninger som fremgår av § 4 og § 5 pkt. 5.1.

Klubber som har landslagsutøver som medlem og som ønsker å benytte denne i sin markedsføring, skal innhente NVFs skriftlige forhåndsamtykke før avtale inngås. NVF kan nekte godkjenning eller sette vilkår for godkjenning dersom det har saklig grunn til det. Ved tillatelse til å inngå slike avtaler, skal klubben benytte NVFs standard markedsavtale for klubb-sponsor-utøver.

§ 47 Avtalenes varighet

Avtaler som omfattes av disse bestemmelser skal være tidsbegrenset og ikke vare lenger enn fire år.

§ 48 Sanksjoner ved brudd på markedsbestemmelsene

Brudd på disse bestemmelsene kan sanksjoneres i henhold til NIFs lov kapittel 11 (straffebestemmelser). En utøver kan i tillegg nektes starttillatelse, og oppnådde resultater kan annulleres.

DIVERSE STYREVEDTAK

1. UTØVERKONTRAKTER

A) Antidopingkontrakt

Styrevedtak: Det er en betingelse for å delta ved representasjonsoppdrag for Norges Vektløfterforbund at utøveren underskriver den til enhver tid gjeldende antidopingkontrakt.

KONTRAKT MELLOM REPRESENTASJONSLØFTERE OG NORGES VEKTLØFTERFORBUND

Som medlem av lag tilsluttet Norges Vektløfterforbund forsikrer jeg på ære og samvittighet at jeg de siste 12 månedene ikke har brutt, og for fremtiden ikke vil bryte de til enhver tid gjeldende dopingbestemmelser fastsatt av Norges Idrettsforbund. Jeg forplikter meg til å stille opp til de dopingkontroller i regi Antidoping Norge og WADA, samt tilsvarende nasjonale antidopingbyråer med ansvar for dopingkontroller på internasjonale stevner.

Ved forsettlig brudd på antidopingbestemmelsen, forplikter jeg meg til å tilbakebetale Norges Vektløfterforbund alle økonomiske kostnader påløpt i perioden fra offentliggjøring av den positive dopingkontrollen tilbake til forrige avlagte negative dopingkontroll – oppad avgrenset til kostnader siste 3 år, i tråd med foreldelseslovens prinsipper.

Etter at erstatningskravet fra Norges Vektløfterforbund er avklart med juridisk bindende virkning for begge parter kan Norges Vektløfterforbund, selv om dommen for brudd på antidopingbestemmelsene er sonet, nekte meg å representere Norge på internasjonale stevner inntil kravet er oppgjort.

Denne kontrakt gjelder fra dato for underskrift og så lenge jeg er medlem av lag tilsluttet Norges Vektløfterforbund. Kontrakten brytes ikke dersom jeg en periode ikke er medlem av lag tilsluttet Norges Vektløfterforbund, og deretter melder meg inn i slikt lag.

For øvrig er alle medlemmer av Norges Vektløfterforbund til enhver tid bundet av Norges Idrettsforbunds øvrige dopingbestemmelser.

Dato

Dato

Utøver

Ansvarlig NVF

B) Representasjonskontrakt

KONTRAKT

mellom
Utøver og Norges Vektløfterforbund

Utøverens navn: _____

1. Hvem kontrakten gjelder for

Denne kontrakten gjelder for utøvere som er tatt ut til å representere NVF og som har underskrevet kontrakten. Som utøver regnes aktive utøvere, trenere, ledere, dommere eller andre som er med på representasjonsoppdraget. Ved å undertegne kontrakten aksepterer utøveren de regler som er angitt i kontrakten, og herunder at NVFs styre og appellutvalg har rett og plikt til å følge opp kontrakten iht. kontraktens punkt 4-8.

2. Gyldighetsområde

Kontrakten gjelder i perioden fra utøveren reiser hjemmefra til han/hun er tilbake på bopel i forbindelse med representasjon for NVF ved stevner, samlinger eller andre tilstelinger der NVF er ansvarlig for uttaket, og NVF har med ansvarlig leder.

3. Kontraktens gyldighetstid

Kontrakten gjelder fra den er underskrevet og i de påfølgende 18 måneder. NVF kan når som helst under kontraktstiden be om at den fornyes.

4. Regler for atferd

- a) Utøverens framferd og opptreden må være slik at den hedrer både han selv som idrettsmann/leder/dommer spesielt, og vektløftersporten generelt.
- b) Alle som deltar i forbundets kurs og samlinger plikter å følge det oppsatte program.
- c) Alkoholmisbruk må ikke forekomme jfr. punkt e).
- d) Enhver form for skadeverk vil ikke bli tolerert. Den enkelte er personlig ansvarlig for skader han selv er skyld i.
- e) Den enkelte skal etterkomme de instruksjoner representasjonsoppdragets leder gir. Dette kan for eksempel gjelde krav om tilstedeværelse, bruk av representasjonsklær, begynnervekter, opptreden under stevnet, føringer for alkoholbruk jfr punkt c), krav om ro på rommene mv. Lederen skal alltid gå gjennom disse punktene eller gi føringer på andre områder ved innledningen av representasjonsoppdraget. Lederen kan også velge å gi slik informasjon skriftlig før reisen begynner.

5. Kontroll og rapportering

NVFs ansvarlige leder under representasjonsoppdraget plikter å påse at reglene for atferd blir fulgt. Lederen skal gripe inn ovenfor brudd på reglene i kontraktens punkt 4, og han/hun skal sende skriftlig rapport til NVFs styre om slikt brudd.

6. Reaksjonsmyndighet ifb. brudd på kontraktens punkt 4

- a) Før det bestemmes om kontraktsbruddet berettiger reaksjon, skal representasjonsutøveren få anledning til å uttale seg.
- b) Uttalelsen kan gjøres muntlig eller skriftlig til NVFs styre.
- c) Styret skal gi utøveren 14 dagers frist til å komme med sin uttalelse.
- d) NVFs styre bestemmer adekvat reaksjon på det rapporterte kontraktsbruddet iht. avtalens punkt 7.

7. Mulige reaksjonsformer

- a) Utøveren kan pålegges å betale hele eller deler av turen selv. Beløpet kan under ingen omstendighet overstige kr. 3000,-
- b) Startnektelse ved stevner på NVFs terminliste i inntil 3 måneder
- c) Startnektelse ved representasjonsoppdrag i inntil 12 måneder
- d) En kombinasjon av de tre ovenfor nevnte reaksjonsformer
- e) Ved gjentakelse kan reaksjonen skjerpes ut over det som framgår av punkt 7a) til d). Maksimalt beløp jfr. punkt 7a) settes i slike tilfeller til kr. 5000, og startnektelse jfr. punkt 7 b) og 7c) settes til henholdsvis 6 og 12 måneder.
- f) En utøver som ikke gjør opp for seg økonomisk iht. kontraktens bestemmelser kan nektes å starte på stevner i NVFs regi fram til forpliktelsene er oppfylt.

8. Klage på reaksjon

Ilagt reaksjon kan påklages til NVFs appellutvalg.

Partene (NVFs styre og utøver) er enige om at NVFs appellutvalg er eneste ankemulighet, og at appellutvalgets avgjørelse er endelig.

Sted og dato _____

Utøvers underskrift

Sted og dato _____

NVFs representant

2. MERKEKRAV

Femkampmerket

Merket kan tas av alle uansett alder. Det er ment å stimulere til allmennfysisk trening som en del av vektløftertreningen. Det stilles følgende poengkrav oppnådd i.h.t. reglementet for 5-kamp:

Alder	Kvinner - poeng	Menn - poeng
11-12 år	550	650
13-14 år	600	725
15-16 år	650	775
17-18 år	675	825
+ 18 år	700	850

Vektløftermerkene

Merkekrav for menn

Klasse	Jern	Bronse	Sølv	Gull	Elite	Elitepr	Innsats
50	87	102	115	130	150		
56	108	128	149	169	190	219	231
62	116	138	160	183	205	227	249
69	125	149	172	196	220	244	268
77	133	159	184	210	235	260	286
85	141	167	194	221	248	274	301
94	147	175	203	231	259	288	316
105	154	183	212	242	271	300	329
+105	168	200	232	264	296	328	360

Merkekrav for kvinner

Klasse	Jern	Bronse	Sølv	Gull	Elite	Elitepr	Innsats
44	60	68	79	90	103		
48	66	81	95	110	124	139	154
53	72	88	103	119	135	151	167
58	77	94	111	128	145	162	179
63	81	99	117	135	154	172	190
69	88	105	124	143	163	182	201
75	90	110	130	150	170	190	210
90	98	120	142	163	185	207	229
+90	108	132	156	180	204	228	252

Det nordiske elitemerket

Kravene for å oppnå Nordiska Tyngdlyftningsförbundets elitemerke er som følger:

Menn:

56 kg	248 kg
62 kg	265 kg
69 kg	282 kg
77 kg	299 kg
85 kg	313 kg
94 kg	325 kg
105 kg	337 kg
+105 kg	354 kg

Kvinner:

48 kg	143 kg
53 kg	161 kg
58 kg	176 kg
63 kg	189 kg
69 kg	202 kg
75 kg	213 kg
+ 75 kg	234 kg

Vektløfterstatuetten

For å kunne avlegge prøve til NVFs vektløfterstatuett må utøveren være minst 30 år. Poengsummene for de tre beste stevnene i sesongen legges sammen og danner grunnlaget for oppnådd krav.

For å oppnå statuett må utøveren klare kravet til prøven i til sammen 10 sesonger. Det stilles ikke krav til at sesongene er i rekkefølge/sammenhengende.

De som avlegger prøven til statuett må selv sende inn godkjenningkort til NVF etter hver sesong. Godkjenningkort skaffes ved henvendelse til NVFs kontor. Statuetten bekostes av den enkelte utøver. Kravene til oppnådd poengsum pr. sesong er:

Alder	Sinclairpoeng	
	Menn	Kvinner
30-39 år	625	400
40-49 år	550	350
50-54 år	475	280
55- 59 år	450	220
60-69 år	375	180
70-79 år	300	120
Over 79 år	200	75

Vektløfterplaketten

Det ble bestemt på Tinget i 1993 at vi skal ha en videreføring av vektløfterstatuetten. NVF utarbeidet derfor statutter for dette. Navnet på videreføringen ble "NVFs veteranplakett".

Følgende regler ble vedtatt:

1. Sesongen etter at man har fullført kravene for Vektløfterstatuetten kan man starte deltakelse for NVFs veteranplakett.
2. Man må ha gyldig resultat på tre stevner i løpet av en sesong for at sesongen skal telle med.
3. På de tre stevnene må man til sammen oppnå minimum følgende Sinclairpoeng:
 - a. 40-49 år: 500 poeng
 - b. 50-59 år: 425 poeng
 - c. 60-69 år: 350 poeng
 - d. 70-79 år: 275 poeng
 - e. Over 79 år: 200 poeng

På de tre neste stevnene må kvinner til sammen oppnå minimum følgende Sinclairpoeng:

- f. 40-49 år: 300 poeng
 - g. 50-59 år: 250 poeng
 - h. 60-69 år: 200 poeng
 - i. 70-79 år: 150 poeng
 - j. Over 79 år: tre stevner
4. Etter 5 sesonger har man fullført kravet til plakett i bronse.
 5. Etter 10 sesonger har man fullført kravet til plakett i sølv.
 6. Etter 15 sesonger har man fullført kravet til plakett i gull.
 7. Etter fylte 60 år teller hver sesong dobbelt. Dog må det gå minst tre sesonger for å fullføre en plakettgrad.
 8. Utøverne må selv betale for plaketten når de har oppnådd kravet.

Vektløftermerket

Kvinner:

Løft med to armer - utøverens kroppsvekt, dog høyest 50 kg.

Menn:

Løft med to armer - utøverens kroppsvekt, dog høyest 70 kg.

Stangen skal løftes helt opp på strake armer over hodet, og utøveren skal ha full kontroll over løftet.

Det kreves at en av funksjonærene må være dommer tilhørende ett av Norges Idrettsforbund og Olympiske Komites særforbund, idrettsinstruktør i militære avdeling eller ombord på et skip.