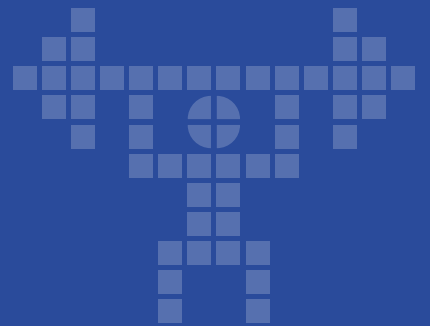
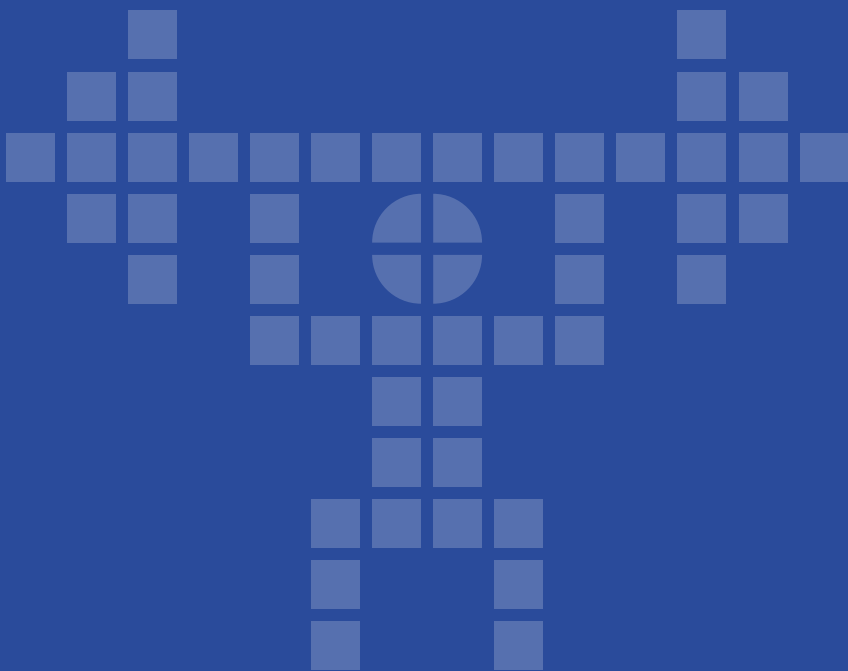


ÅRSBERETNING 2022

Norges Vektløfterforbunds Forbundssting 26. mars 2023



Foto: Per Wiklund



Innhold

1. Innledning	5
2. Forbundstinget 2022	7
2.1 NVFS administrasjon	7
3. Idrettsregistreringen 2021	9
4. Regioner og medlemsklubber	11
4.1 Nordenfjeldske Vektløfterregion	11
4.2 Sør-Vestlandet Vektløfterregion	11
4.3 Nord-Vestlandet Vektløfterregion	11
4.4 Telemark, Vestfold, Vektløfterregion	12
4.5 Østlandet Vektløfterregion	12
4.6 Ledelse i regioner	12
4.7 Regiontrenere	12
5. Representasjon	13
6. Utmerkelser	13
7. Kongresser ved internasjonale mesterskap	13
8. Internasjonal to oppgaver	14
9. Møter	14
10. Antidoping	16
11. Deltakelse i kurs – utdanning	16
12. Norske mesterskap 2022	16
13. Internasjonale konkurranser	35
13.1 IWF junior world championships Heraklion 02. - 10.05.2022	35
13.2 Europamesterskap for senior 2 – 11 juni 2022, Tirana, Albania	35
13.3 European weightlifting u 15 - youth championships razyn,- Pol 10 - 17 august	36
13.4 EM junior og u23 år, 12 - 24 oktober, Dorres, Albania	36
13.5 VM ungdom, 3 – 12 juli Leon, Mexico	36
13.6 VM senior, 5 – 16 desember, Botaga, Colombia	36
13.9 Nordisk mesterskap for junior 12-13 november, Island	38
14. Deltakelse i utenlandske serier-stevner	41
14.1 Bundesliga	41
14.2 Fransk serie	41
14.3 17th international women gp	41
14.4 International tourm. Open ladies and masters. Waregem	41
14.5 Aalborg cup 01.09.2022	41
14.6 Ak gothas jubileumsstevne 17.12.2022	42
15. Rangeringer 2022	43
16. Norges cup 2022	54
17. Årets klubb 2022	56

18. Rapport fra styreoppnevnt utvalg året 2022	57
18.1 Organisasjonsutvalget (OU)).....	57
18.2 Breddeutvalget (BU)	57
18.3 Toppidrettsutvalget (TU).....	58
18.4 Rapport fra veteran aktiviteten 2022.....	59
19. Rapport fra regionenes aktivitet 2022	60
19.1 Nordenfjeldske Vektløfterregion	60
19.2 Nord-Vestlandet Vektløfterregion.....	67
19.3 Sør-Vestlandet Vektløfterregion	68
19.4 Telemark-Vestfold Vektløfterregion.....	69
19.5 Østlandet Vektløfterregion.....	70
20. Utdanning 2022	76
21. Dommere	79
21.1 Med Internasjonal lisens	79
21.2 Uten internasjonal lisen.....	79
21.3 Dommerinstruktører.	79
21.4 Dommere med inntil 10 dømte stevner i 2022 fullstendig liste ligger i NVF s nettside.	80
21.5 Mistet dommerkortet i 2022.....	80
22. Styrets beretning 2022	82
22.1 Styremøter 2022	82
22.2 Aktiv idrett 2022.....	83
22.3 Sponsorar/støttespelarar	86
22.4 Nasjonalt anlegg for vektløfting	86
22.5 VM i førde 2025.	86
22.6 Norges vektløfterforbund kontor og daglige drift.....	86
22.7 Regnskapet.....	87
23. Internett-sosiale media	87
23.1 NVF live streaming	87
23.2 Sosiale medier.....	87
24. Gjennomføring av større mesterskap	88
25. Vedlegg	88
NVFS regnskap økonomi resultatoversikt 2022	88
Revisors beretning 2022.....	88
NVFS kontrollutvalg 2022.....	88

1. INNLEDNING

Gode vektløftarvenner!

2022 – norsk vektløfting tar sats inn i framtida...



Stian Grimseth

Styrka administrasjon

Hausten 2022 starta NVF sitt styre prosessen med å tilsetje ny generalsekretær. Vi såg behovet for å styrke denne stillinga til 100% og la vidare ein prosess for ytterlegare styrking av administrasjonen. Bakgrunn for dette var at NVF har hatt svært liten administrasjon, og ein såg at den store aktiviteten og ikkje minst potensialet for vekst og utvikling gjorde dette rett. Vi fekk ei sterk søkarliste, og underteikna er svært nøgd med at valet til slutt landa på Svein-Erik Edvartsen. Skal vi oppnå våre ambisiøse mål, so er det ingen tvil om at vi må gjere mykje på ein annan måte enn det vi har gjort fram til i dag. Det er spennande, so vil eg takke Arne Grostad for ein framifrå jobb og eit godt samarbeide som generalsekretær dei siste åra.



Svein-Erik Edvartsen

Sportsleg

2022 vart nok eit sportsleg jubelår for norsk vektløfting. Solfrid Koanda tok 3 gull under EM i Albania, og Ine Andersson vart Europameister i støt og tok bronse samanlagt under same meisterskapet. Seinare på året tok Lea Berle Horne 2 flotte sølvmedaljar i støt og samanlagt under EM ungdom, og krona på verket vart sett då Solfrid Koanda tok alle 3 gulla under VM i Colombia. Vi valde å avslutte kontrakt med landslagstrener Zygmunt Smalcerz, men eg vil nytte høvet til å takke Zygmunt for hans arbeid som har vert lagt ned og i stor grad ligg bak årets 10 VM og EM medaljar og dei 11 som vart tatt i 2021.

Våre medaljar i VM og EM:

Solfrid Koanda:	VM gull i rykk, støt og samanlagt. EM gull i rykk støt og samanlagt.
Ine Andersson:	EM gull i støt og EM bronse samanlagt
Lea Berle Horne:	EM U17 sølvmedalje i støt og samanlagt.

Trenarutdanning og kursverksemd:

På tampen av 2022 fekk vi starta eit samarbeide med Tyskland, og det vart gjennomført felles treningssamling i Leimen før VM i Bogota. Eit team med trenarar i NVF har revidert trenar 1, og dette utkastet synest eg har blitt veldig bra. No blir vegen vidare å gå gjennom dette på seminar-dagen før forbundstinget. Vidare vil det bli presentert eit samarbeidsløp med Tyskland opp mot utvikling av våre trenarar, dette har eg stor tru på skal gje oss eit vidare sportsleg løft. Vår styrking av administrasjonen skal gjere det mogeleg med eit tettare samarbeide med klubbar og regionar, vidare bør vi kunne kommersialisere oss inn mot andre idrettar og treningssenter.

Mangfald:

Her er vi endå ikkje komne i gang, men både NVF og VM 2025 har sterke ambisjonar innan dette området. Det vert jobba med prosjektstøtte frå sentralt hald, so vil dette saman med lokal eller regional støtte frå t.d. offentlege, stiftingar eller sponsorar kunne gje grobotn for mange spennande tiltak. Her har vi alle eit samfunnsansvar, so er det viktig å hugse at her har vi ein idrett med anlegg og utstyr som kan passe godt for mange med ulike individuelle behov. Vi kan med ei satsing på mangfald styrke våre ulike organisasjonsledd – og eg er sikker på at for mange vil meistrings og idrettsgleda innan dette området vere minst like stor som hos våre beste utøvarar. Skal vi lykkast her so er vi avhengig av at NVF har ei sentral rolle som tilretteleggar, motivator samarbeidspart inn mot våre klubbar og regionar, og det må vere rom for økonomiske støtteordningar inn mot dei som ønskjer å vere med på denne satsinga.

Dei beste ønskje for eit utviklingsretta 2023!

Beste helsing



Stian Grimseth
President NVF

NVFs Hall of Fame

I 2022 var det 50 år siden Leif Jenssen vant OL gull i Munchen.

NVF hedret Leif ved å innlemme han som det første medlemmet i NVFs Hall of Fame. Begrunnelsen var hans fremragende internasjonale prestasjoner med høydepunktet hans gull i Munchen i 1972.



Leif Jenssen mottar gullmedaljen i Munchen i 1972 av den gang Kong Konstantin av Hellas



Hall of Fame.
Markeringen ble gjort ved NM lag i Spydeberg
10 desember 2022

2. FORBUNDSTINGET 2022

Tinget ble avholdt 27 mars via Zoom digital plattform.

Delegater:

Det møtte totalt 33 deltakere hvorav 22 stemmeberettigede.

Valgt protokollfører

Arne Grostad

Valgt til å underskrive protokollen.

Nikolai Roness, Østlandet VR og Hans Bjørnar Hagenes Sør-Vestlandet VR

Regnskap 2021

Regnskapet enstemmig vedtatt

Budsjett 2022

Budsjettet ble enstemmig vedtatt

2.1 NVFs administrasjon

Ansatte.

Generalsekretær:	Arne Grostad ansatt i 80 % stilling
Trener:	Zygmunt Smalcerz i 100 % stilling
Utviklingsansvarlig:	Rebekka Helen Fremstad.100% fra 1 august 2022
Sportslige administrasjon:	Stian Grimseth 15 %.

Tillitsvalgte

Forbundsstyret.

President	Stian Grimseth, Tambarskjelvar IL
Visepresident	Børge Aadland, AK Bjørgvin
Styremedlem	Hilde Næss, Lørenskog AK
Styremedlem	Tryggve Duun, Trondheim AK
Styremedlem	Tinna Ringsaker, Spydeberg Atletene
Varamedlem	Randi Schei, Hitra VK
Varamedlem	Bendik Dalen, Kvadraturen VK

Arbeidsutvalg (AU)

Leder	president Stian Grimseth
Medlem	visepresident Børge Aadland
Medlem	styremedlem Hilde Næss

Organisasjonsutvalget (OU)

Leder	styremedlem Hilde Næss
Medlem	styremedlem Tryggve Duun
Medlem	president Stian Grimseth

Breddeutvalget (BU)

Leder	vara styremedlem Bendik Dalen
Medlem	vara styremedlem Randi Schei
Medlem	styremedlem Tinna Ringsaker –
Medlem	styremedlem Tryggve Duun

Toppidrettsutvalget (TU)

Leder	visepresident Børge Aadland
Medlem	Odd Gunnar Røyseth
Medlem	Kristin Solbakken
Medlem	president Stian Grimseth

Kontrollutvalg.

Leder	Dag Rønnevik	Tysvær VK
Medlem	Audun Reigstad	Nidelv IL
Medlem	Emma Hald	AK Bjørgvin
Varamedlem	Anne Gunn Berge	Hitra VK

Valgkomite.

Leder:	Elisabeth Settem	Trondheim Atletklubb
Medlem:	Tor Steinar Herikstad	Vigrestad IK
Medlem:	Thomas Eide	Kvadraturen VK
Varamedlem:	Ole Jacob Aas	T&IL National

Kontaktperson funksjonshemming

Anita Rognaldsen

Ombudspersoner

Hilde Næss, Lørenskog AK – Børge Aadland, AK Bjørgvin

Revisor

Firda Revisjon & Rådgiving AS, Hans Magnar Hansen, statsautorisert revisor.

3. IDRETTSREGISTRERINGEN 2021





4. REGIONER OG MEDLEMSKLUBBER

4.1 Nordenfjeldske vektløfterregion

Alta Atletklubb	GR20120002470	Dennis Sivertsen	atletklubbenalta@gmail.com
Bodø Atletklubb	GR18040134470	Anders Grønmo	bodo.atletklubb@gmail.com
Hitra Vektløfterklubb	GR16170004470	John Birger Brevik	john@hitraturistservice.no
IL Ilar	GR20270003470	Charles Petterson	
Kirkenes AK	GR20300006470	Hallbjørg Wartainen	postmaster@kirkenes-ak.no
Løken IL	GR18480003470	Håvard Olsen	haol@nlsh.no
Namsos Vektløfterklubb	GR17030022470	Leif Hepsø	leif.hepso@ntebb.no
Nidelv IL	GR16010047470	Leif Arne Bjerkan	labjerkan@gmail.com
Orkanger IF	GR16380005470	John Ivar Evjen	john_ivarevjen@hotmail.com
Tromsø Atletklubb	GR19020249470	Michael Dalan	tromso.atletklubb@gmail.com
Trondheim Atletklubb	GR16010080470	Tryggve Duun	tduun@me.com
Leangen Atletklubb	GR50010015470	Marius Lie Winger	leangenatletklubb@gmail.com
Aasgard FVK		Linda Johansen	aasgardffk@outlook.com

4.2 Sør-Vestlandet Vektløfterregion

Haugesund VK	GR11060036470	Jostein Ask	haugesund.vektlofter.klubb@gmail.com
Kristiansand AK	GR10010034470	Gjermund Haslerud	gjermund.haslerud@uia.no
Stavanger VK	GR11030055470	Bernt Petter Andersen	bpa@lyse.net
Tysvær VK	GR11460023470	Dag Rønnevik	tvk@tysvervk.net
Vigrestad IK	GR11190017470	Hans Hagenes	hans.hagenes@gagdata.no
Kvadraturen VK	GR10010241470	Frank Fredriksen	frank_fredriksen@hotmail.com
Grimstad Functional Fitnessklubb		Kristoffer Bråten	grimstadffk@gmail.com

4.3 Nord-Vestlandet Vektløfterregion

Breimsbygda IL	GR14450008470	Ola Bergheim	olalbergheim@gmail.com
AK Bjørgvin	GR12010059470	Arne H. Pedersen	arnehaap@gmail.com
Milo IL	GR12010141470	Paul Marhaug	paul@marhaug.com
Åsane VK	GR12010218470	Jørund Sundal	post@aaavk.no
Sotra Kraftsportklubb	GR12460069470	Isabel Carina Cloin	isabel@crossfitkystby.no
Dale IL	GR14290001470	Svein Åge Holstad	sholstad@gjolanger.no
Førde IL	GR14320005470	Tor Starheim	post@fordeidrettslag.no
IL Brodd	GR14450003470	Jørund Årdal	jorund.ardal@sfj.no
Jølster IL	GR14310001470	Evald Sandvik	evaldsandvik@hotmail.com
Modig IL	GR14170006470	Siri Wølneberg Bøthun	siri@sbnatur.no
Tambarskjelvar IL	GR14330001470	Ove Varlid	ove.varlid@online.no
Viking Turn og Idr.forening	GR12010240470	tifviking@tifviking.no	tifviking@tifviking.no
Bryggen AK	GR12010785470	Hilde Odland	hilde@crossfitbryggen.no

4.4 Telemark, Vestfold, Vektløfterregion

Grenland Atletklubb	GR08050055470	Lars Hage	larsjardin@gmail.com
IF Tønsberg-Kam	GR07050024470	Jan Robert Solli	jan.robert.solli@hotmail.com
Larvik Atletklubb	GR07090004470	Jostein Frøyd	jfroyd@online.no
Rjukan Idrettslag	GR08260007470	Ivar Bakstad	ivarbakstad30@gmail.com

4.5 Østlandet Vektløfterregion

Christiania Atletklubb	GR03011582470	Gerrit Judith	post@christianiaak.no
Gjøvik Atletklubb	GR05020007470	Tor Kristoffer Klethagen	leder@gjovikak.no
Halden Styrke IL	GR01010027470	Arnulf Wahlstrøm	arnwah@online.no
Idrettslaget Kraftsport	GR02310006470	Heidi Hille Arnesen	heidi@getmail.no
Jeløy Atletklubb	GR01040086470	Anca Buberg	anca@privatmegleren.no
Lenja Atletklubb	GR01060099470	Oliver Buvarp Pettersen	oliverbp1999@icloud.com
Lørenskog Atletklubb	GR02300011470	Hilde Næss	frknaess@gmail.com
Moss Styrkeidrettsklubb	GR01040024470	Edgar Kristiansen	borgealslie@hotmail.com
National, Turn og IL	GR01050006470	Steinar Aas	steinar9139@hotmail.com
Oslo AK	GR03011024470	Trygve S Nilsen	trygve.stenrud.nilsen@gmail.com
Spydeberg Atletene	GR01230011470	Johan Thonerud	johan@gymthonerud.no
Elverum AK	GR04270064470	Robert Grønland	robertgronland@gmail.com
Storhamar Functional Fitness og Atletklubb	GR34030002470	marenfram@hotmail.com	
Ringsaker Functional Fitnessklubb	GR34110002470	liabo@ektetreningsglede.no	
Mjøsa Functional Fitness og Atletklubb	GR05020131470	simen@elitegym.no	
Høybråten og Stovner IL	GR03010136470	dagligleder@hsil.no	

4.6 Ledelse i regioner

Østlandet Vektløfterregion
Nicolai Roness, Hans Mustads gate 21B, 2821 Gjøvik

Nord-Vestlandet Vektløfterregion
Ola Bergheim, 6826 Byrkjelo

Sør-Vestlandet Vektløfterregion
Hans Bjørnar Hagenes, Falkvegen 13, 4347 Lye

Telemark, Vestfold Vektløfterregion
Jostein Frøyd, Minnehallv.20A, 3290 Stavern

Nordenfjeldsk Vektløfterregion
Randi Schei, Eidsmo, 7240 Hitra

4.7 Regiontrenere

Østlandet Vektløfterregion
Egon Vee Haugen - Fredrik Gyllensten

Nord-Vestlandet Vektløfterregion
Yngve Apneseth - Bjarne Bergheim

Sør-Vestlandet Vektløfterregion
Larisa Imundruova

Telemark, Vestfold Vektløfterregion
Jostein Frøyd

Nordenfjeldsk Vektløfterregion
Runar Klungervik

5. REPRESENTASJON

Europeiske Vektløfterforbundet (EWF).

Leder av medisinsk komité. Tryggve Duun
Medlem av teknisk komite Tryggve Duun

Nordic Weightlifting Federation (NWF).

Trond Kvilhaug er generalsekretær.

6. UTMERKELSER

NVFs Hall of Fame

Medlem nr 1: Leif Jenssen, olympisk gull i 1972

NVF Hederstegn:

NVFs Innsatspremie (gullklokka)

NTFs Elite Pin

7. KONGRESSER VED INTERNASJONALE MESTERSKAP

Europamesterskapet i Tirana 1 april 2022

Stian Grimseth, NVFs representant
Tryggve Duun TO I

Nordisk Mesterskap senior 7 – 10 oktober, Rovaniemi

President Stian Grimseth TO, Steinar Kvame, Tor Steinar Herikstad.

Nordisk mesterskap ungdom og junior, 11.-13.11.2022 Garðabær, Iceland

Malin Forberg – Runar Klungervik

VM Botaga, Colombia 5 – 17 desember 2022

President Stian Grimseth



8. INTERNASJONAL TO OPPGAVER

EFW U15- U17, 6–18 august,2022, Warszawa, Polen

Ingeborg Endresen TO II

EFW junior & U23 6–16 oktober 2022. Tirana, Albania.

Tor Steinar Herikstad TO II - Tryggve Duun TO I

IWF Youth World Championships, 03 – 12 oktober, 2022. Leon, Mexico

Trond Kvilhaug TO I

Nordisk Mesterskap for seniorer 07 – 09 oktober, Rovaniemi.

Tor Steinar Herikstad TO II- Steinar Kvame TO II.

Nordisk mesterskap ungdom og junior, 27 – 28 november 2022, Island

Ingeborg Endresen - Christian Lysenstøen.

2022 European Masters Championship,18 - 26 august Warszawa, Polen

Line Søfteland, AK Bjørgvin - Ingeborg Endresen AK Bjørgvin

9. MØTER

IWF kongress 25-26 mai, Tirana, Dubai ifm ny konstitusjon i IWF

Fra NVF president Stian Grimseth

NIF ledersamlinger Tromsø 19-20 mai

Generalsekretær Arne Grostad

Kick off møte i Skien ifm NM veka 27 mai

Deltakere fra NVF: Generalsekretær, utviklingsansvarlig.

Møter med Olympiatoppen

Deltakere fra NVF: Sportssjef og trener, noen ganger utvidet med flere

SFF møter i Teams.

Deltaker fra NVF: president, generalsekretær, utviklingsansvarlig.

Fysisk møter: Hilde Næss, Arne Grostad, Rebekka H. Fremstad.

Dialogmøte ADNO Ullevål 30 september

Fra NVF: Generalsekretær Arne Grostad-Organisasjonsansvarlig Rebekka Helen Fremstad

NIF ledersamlinger Gardermoen 18 – 19 november

President Stian Grimseth

Generalsekretær møter i NIF regi

Deltakere fra NVF: Generalsekretær, utviklingsansvarlig.

Rapportmøte NIF vedr post 3 midlene 21 Desember.

Møtet ble utsatt til 3 januar 2023, Ullevål Stadion

Fra NVF: utviklingsansvarlig Rebekka Helen Fremstad



10. ANTIDOPING

NVFs antidoping kontakt opp i mot Anti Doping Norge (ADNO) og WADA er Rebekka H. Fremstad

NVF har som krav at all deltakelse i internasjonale og nasjonale treningssamlinger og mesterskap skal ADNOs Ren Utøver være gjennomført.

Alle klubber skal gjennomføre Rent Idrettslag

11. DELTAKELSE I KURS - UTDANNING

NIFs klubbveilederkurs

Deltaker NVFs utviklingsansvarlig Rebekka Helen Fremstad

NIFs grunnkurs for trenerutviklere:

Deltaker Jan Egil Trøan - Ronny Fevaag

Topptrener II Olympiatoppen-NTNU

Deltaker: President Stian Grimseth.

12. NORSKE MESTERSKAP 2022

Komplette resultater www.vektlofting.no

Norgesmesterskapet for senior 22 – 23 Juni, Skien NM Veka

10 på topp HMK Pokal

Rangering kvinner:

1	87	85.99	SK	Solfrid Koanda, Kvadraturen IK	111	145	256	287.10
2	55	53.61	SK	Sarah Hovden Øvsthus, AK Bjørgvin	85	102	187	272.70
3	59	58.75	SK	Ine Andersson, Tambarskjelvar IL	85	110	195	267.07
4	71	65.20	SK	Marit Årdalsbakke, Tambarskjelvar IL	92	112	204	261.96
5	59	58.41	SK	Sol Anette Waaler, Trondheim AK	87	102	189	259.84
6	55	54.54	SK	Rebekka Tao Jacobsen, Larvik AK	76	97	173	249.22
7	71	69.92	SK	Veslemøy Kollstad, Kvadraturen IK	82	114	196	242.03
8	64	63.62	JK	Julia Jordanger Loen, Breimsbygda IL	80	97	177	230.61
9	76	75.34	UK	Lea Berle Horne, Tromsø AK	85	109	194	230.60
10	76	72.05	SK	Tinna Ringsaker, Spydeberg Atletene	84	105	189	229.73
11	59	57.61	SK	Ragnhild Haug Lillegård, Oslo AK	73	91	164	227.54
12	71	68.91	SK	Mariell Rørstadbotnen, Tambarskjelvar IL	74	99	173	215.32
13	76	75.26	JK	Mia Mundal, Tønsberg-Kam.	73	106	179	212.88
14	71	70.13	SK	Karoline Aadne, Larvik AK	78	94	172	212.05
15	59	58.62	SK	Emmy Kristine L. Rustad, Grenland AK	69	84	153	209.85
16	55	54.47	JK	Ronja Lenvik, Hitra VK	65	80	145	209.07
17	64	63.51	SK	Celine M. Båtnes, Spydeberg Atletene	70	90	160	208.68
18	76	74.63	SK	Martine Halvorsen Sønju, Trdh. AK	82	90	172	205.40
19	81	78.64	SK	Stine Mari Hasfjord, AK Bjørgvin	73	101	174	202.70
20	71	68.20	SK	Ane Westrheim, Spydeberg Atletene	68	93	161	201.52

Rangering menn:

1	+109	123.47	SM	Kim Eirik Tollefsen, Tønsberg-Kam.	160	203	363	377.96
2	+109	126.14	SM	Ragnar Holme, Tambarskjelvar IL	150	185	335	347.15
3	81	75.18	JM	Mats Hofstad, Trondheim AK	120	151	271	342.70
4	81	80.11	M2	Ronny Matnisdal, Vigrestad IK	126	144	270	330.07
5	89	86.32	SM	Reza Benorouz, Spydeberg Atletene	126	151	277	326.51
6	96	93.49	SM	Daniel R. Erichsen, Tønsberg-Kam.	128	153	281	319.86
7	81	79.74	SM	Håkon E. Bekkevold, Elverum AK	116	145	261	319.82
8	89	87.36	SM	Bent Andre Midtbø, Breimsbygda IL	120	152	272	318.86
9	81	80.07	SM	Remy Heggvik Aune, Hitra VK	110	146	256	313.03
10	89	87.81	SM	Mats Olsen, Tønsberg-Kam.	115	150	265	309.93
11	89	85.55	SM	Joel Tobiassen, Kvadraturen IK	112	147	259	306.57
12	96	91.20	SM	Thomas Malmo, Leangen AK	115	148	263	302.51
13	102	99.47	SM	Erlend Raastad, Grenland AK	111	156	267	296.65
14	81	79.19	JM	Kristen Røyseth, Tambarskjelvar IL	105	136	241	296.38
15	67	66.96	JM	Rasmus Heggvik Aune, Hitra VK	94	124	218	295.22
16	81	79.35	SM	Adrian Henneli, AK Bjørgvin	111	129	240	294.84
17	89	87.51	SM	Eskil Andersen, Stavanger VK	108	139	247	289.33
18	109	108.95	SM	Tord Gravdal, Vigrestad IK	115	152	267	287.58
19	73	72.06	SM	Robert A. Moldestad, Breimsbygda IL	102	120	222	287.57
20	67	66.77	M1	Mauricio Kjeldner, Christiania AK	93	116	209	283.54
21	81	80.20	SM	Andreas Klinkenberg, Nidelv IL	99	133	232	283.45
22	102	101.43	M3	Børge Aadland, AK Bjørgvin	109	147	256	282.41
23	89	87.75	SM	Simen Leithe Tajet, Oslo AK	108	133	241	281.95
24	73	69.58	UM	Alvolai Røyseth, Tambarskjelvar IL	94	119	213	281.70
25	102	101.17	M1	Ørjan Hagelund, Vigrestad IK	115	140	255	281.57

Resultater kvinner:**Klasse 49 kg**

1	48,58	SK	Mari Nesse Bolstad, Christiania AK	56	72	128	200,98
---	-------	----	------------------------------------	----	----	-----	--------

Klasse 55 kg

1	53,61	SK	Sarah Hovden Øvsthus, AK Bjørgvin	85	102	187	272,70
2	54,54	SK	Rebekka Tao Jacobsen, Larvik AK	76	97	173	249,22
3	54,47	JK	Ronja Lenvik, Hitra VK	65	80	145	209,07
4	52,24	K1	Kine Krøs, Spydeberg Atletene	56	75	131	194,66

Klasse 59 kg

1	58,75	SK	Ine Andersson, Tambarskjelvar IL	85	110	195	267,07
2	58,41	SK	Sol Anette Waaler, Trondheim AK	87	102	189	259,84
3	57,61	SK	Ragnhild Haug Lillegård, Oslo AK	73	91	164	227,54
4	58,62	SK	Emmy Kristine L. Rustad, Grenland AK	69	84	153	209,85
5	58,67	SK	Lene Garvik, Vigrestad IK	56	71	127	174,09
6	58,21	SK	Evelina Galaibo, Oslo AK	56	71	127	175,00

Klasse 64 kg

1	63,62	JK	Julia Jordanger Loen, Breimsbygda IL	80	97	177	230,61
2	63,51	SK	Celine M. Båtnes, Spydeberg Atletene	70	90	160	208,68
3	60,61	JK	Celine Dorothea Opdal, Leangen AK	65	82	147	197,33
4	62,79	SK	Frida Baade, Oslo AK	64	81	145	190,42
5	60,02	SK	Astrid S. Rasmussen, Leangen AK	63	81	144	194,51
6	61,60	SK	Maria Johnsen Tilset, Leangen AK	60	84	144	191,35
7	62,33	SK	Sara Broe Østvold, Spydeberg Atletene	64	78	142	187,32
8	63,28	SK	Karoline Merli, Oslo AK	58	76	134	175,15

Klasse 71 kg

1	65,20	SK	Marit Årdalsbakke, Tambarskjelvar IL	92	112	204	261,96
2	69,92	SK	Veslemøy Kollstad, Kvadraturen IK	82	114	196	242,03

3	68,91	SK	Mariell Rørstadbotnen, Tambarskjelvar IL	74	99	173	215,32
4	70,13	SK	Karoline Aadne, Larvik AK	78	94	172	212,05
5	68,20	SK	Ane Westrheim, Spydeberg Atletene	68	93	161	201,52
6	70,47	JK	Tine R. Pedersen, Tambarskjelvar IL	70	90	160	196,75
7	69,37	SK	Maria Pernille E. Storteig, Aasgard FVK	65	85	150	186,02
8	69,55	SK	Nina H. Monsen, Spydeberg Atletene	69	81	150	185,76
9	70,33	SK	Hanna Jørstad, Spydeberg Atletene	67	78	145	178,49
10	68,76	SK	Kornelia Sunde Flo, Elverum AK	56	86	142	176,94
11	68,26	JK	Emma Vittring, Tromsø AK	61	77	138	172,65

Klasse 76 kg

1	75,34	UK	Lea Berle Horne, Tromsø AK	85	109	194	230,60
2	72,05	SK	Tinna Ringsaker, Spydeberg Atletene	84	105	189	229,73
3	75,26	JK	Mia Mundal, Tønsberg-Kam.	73	106	179	212,88
4	74,63	SK	Martine H. Sønju, Trondheim AK	82	90	172	205,40
5	72,50	SK	Solveig Hagalien, Gjøvik AK	70	94	164	198,71
6	73,05	SK	Lisbeth Lervik, Grenland AK	70	85	155	187,08
7	73,62	SK	Nadine Ohla, Leangen AK	68	85	153	183,95
8	71,86	JK	Louisa Hjelmås, Gjøvik AK	70	82	152	185,01
9	73,55	SK	Linn Christina Larssen, Larvik AK	68	81	149	179,22
10	75,02	SK	Vilde Davidsen, Nidelv IL	64	80	144	171,52

Klasse 81 kg

1	78,64	SK	Stine Mari Hasfjord, AK Bjørgvin	73	101	174	202,70
2	79,77	K2	Ingeborg Endresen, AK Bjørgvin	62	78	140	162,05

Klasse 87 kg

1	85,99	SK	Solfrid Koanda, Kvadraturen IK	111	145	256	287,10
2	86,39	SK	Anette Fr.Høyland, IL Kraftsport	77	94	171	191,42

Resultater menn:

Klasse 67 kg

1	66,96	JM	Rasmus Heggvik Aune, Hitra VK	94	124	218	295,22
2	66,77	M1	Mauricio Kjeldner, Christiania AK	93	116	209	283,54
3	65,67	M3	Stefan Bender, Nidelv IL	91	105	196	268,73
4	66,64	SM	Willy Ly, Kvadraturen IK	84	110	194	263,51

Klasse 73 kg

1	72,06	SM	Robert Andre Moldestad, Breimsbygda IL	102	120	222	287,57
2	72,59	SM	Jonas Grønstad, Spydeberg Atletene	99	117	216	278,61
3	69,58	UM	Alvolai Røyseth, Tambarskjelvar IL	94	119	213	281,70
4	70,81	SM	Adrian Mendis, Aasgard FVK	93	120	213	278,76
5	72,07	SM	Agung Bukhari Raden, Kvadraturen IK	92	120	212	274,59
6	69,35	SM	Michael Rosenberg, Elverum AK	95	115	210	278,29

Klasse 81 kg

1	75,18	JM	Mats Hofstad, Trondheim AK	120	151	271	342,70
2	80,11	M2	Ronny Matnisdal, Vigrestad IK	126	144	270	330,07
3	79,74	SM	Håkon Evensen Bekkevold, Elverum AK	116	145	261	319,82
4	80,07	SM	Remy Heggvik Aune, Hitra VK	110	146	256	313,03
5	79,19	JM	Kristen Røyseth, Tambarskjelvar IL	105	136	241	296,38
6	79,35	SM	Adrian Henneli, AK Bjørgvin	111	129	240	294,84
7	80,20	SM	Andreas Klinkenberg, Nidelv IL	99	133	232	283,45
8	80,91	M1	Ciscomar Mogueis, Oslo AK	100	131	231	280,97
9	80,42	SM	Jonas Nord, Spydeberg Atletene	100	130	230	280,61
	76,32	SM	Vegard Vikane, Leangen AK	100			
	80,70	SM	Danny Duy Vo, Grenland AK				

Klasse 89 kg

1	86,32	SM	Reza Benorouz, Spydeberg Atletene	126	151	277	326,51
2	87,36	SM	Bent Andre Midtbø, Breimsbygda IL	120	152	272	318,86
3	87,81	SM	Mats Olsen, Tønsberg-Kam.	115	150	265	309,93
4	85,55	SM	Joel Tobiassen, Kvadraturen IK	112	147	259	306,57
5	87,51	SM	Eskil Andersen, Stavanger VK	108	139	247	289,33
6	87,75	SM	Simen Leithe Tajet, Oslo AK	108	133	241	281,95
	88,66	SM	Mikal Akseth, Hitra VK	112			

Klasse 96 kg

1	93,49	SM	Daniel R. Erichsen, Tønsberg-Kam.	128	153	281	319,86
2	91,20	SM	Thomas Malmo, Leangen AK	115	148	263	302,51
3	90,26	SM	Roy Sømme Ommedal, Vigrestad IK	110	125	235	271,51
	95,00	SM	Bjørn Olav Moe, Aasgard VK	130			

Klasse 102 kg

1	99,47	SM	Erlend Raastad, Grenland AK	111	156	267	296,65
2	101,43	M3	Børge Aadland, AK Bjørgvin	109	147	256	282,41
3	101,17	M1	Ørjan Hagelund, Vigrestad IK	115	140	255	281,57
4	100,74	SM	Ole Christiansen, Grenland AK	111	143	254	280,89
5	101,12	SM	Oskar Emil Wavold, Nidelv IL	116	136	252	278,30
6	99,67	SM	Edvin Øygaard, Breimsbygda IL	112	135	247	274,22
7	99,60	SM	Kim Helge Boltfjord, Vigrestad IK	109	136	245	272,07
8	99,67	SM	Hans-Robert Krefting, Spydeberg Atletene	105	136	241	267,56

Klasse 109 kg

1	108,95	SM	Tord Gravdal, Vigrestad IK	115	152	267	287,58
2	105,08	JM	Hans Gunnar Kvasdheim, Vigrestad IK	112	135	247	269,16

Klasse +109 kg

1	123,47	SM	Kim Eirik Tollefsen, Tønsberg-Kam.	160	203	363	377,96
2	126,14	SM	Ragnar Holme, Tambaraskjelvar IL	150	185	335	347,15

NM Lag Senior 10 desember 2022 Spydeberg.**SENIOR KVINNER ELITE**

AK Bjørgvin 886,92

64	63,96	SK	Iselin Hatlens	67	82	149	193,51
81	79,2	JK	Vår Eik Litland	75	85	160	185,79
81	78,4	SK	Stine Mari Hasfjord	80	101	181	211,15
55	52,32	SK	Sarah Hovden Øvsthus	74	93	167	247,87
59	58,16	UK	Sandra Nævdal	76	94	170	234,38

Spydeberg Atletene 879,09

71	67,14	SK	Ane Westrheim	68	90	158	199,50
64	62,62	SK	Celine Mariell Båtnes	70	93	163	214,42
59	55,64	K35	Kine Krøs	60	74	134	190,37
76	71,9	SK	Melissa Schanche	86	106	192	233,63
76	73,18	SK	Tinna Ringsaker	84	108	192	231,53

Tambaraskjelvar IL 814,39

64	59,88	SK	Irsis Luna Millstein	56	77	133	179,92
76	72,28	UK	Trine Endestad Hellevang	63	75	138	167,47
71	67,22	SK	Tina Nyhammr	67	85	152	191,80
76	73,58	JK	Tine Pedersen	81	100	181	217,67
81	80,34	SK	Lone Kalland	85	110	195	224,99

Oslo AK								758,84
59	58,94	K35	Nicole Aßmann	45	60	105	143,51	
71	64,1	SK	Karoline Merli	60	76	136	176,40	
71	65,86	SK	Asta Rønning Fjærli	60	79	139	177,45	
64	63,3	SK	Frida Baade	62	79	141	184,26	

SENIORMENN ELITE

Tambarskjelvar IL								1 301,74
73	67,58	UM	Aksel Svorstøl	86	110	196	263,90	
73	72,96	UM	Alvolai Røyseth	103	130	233	299,66	
89	81,28	JM	Kristen Espedal Røyseth	111	140	251	304,59	
89	84,56	SM	Jantsen Øverås	125	145	270	321,36	
109	127,84	SM	Ragnar Holme	164	200	364	376,14	

Spydeberg Atletene								1 264,84
89	87,32	JM	Jonas Nord	104	137	241	282,58	
81	77,95	SM	Jonas Grønstad	106	126	232	287,68	
89	86,11	SM	Reza Benorouz	124	148	272	320,98	
81	74,69	SM	Daniel Roness	112	152	264	335,06	
109	107,63	SM	Jørgen Kjellevand	130	167	297	321,12	

Hitra VK								1 171,57
59	55,92	JM	Ronja Lenvik	72	86	158	242,21	
81	74,66	SM	Marius Haranes	91	113	204	258,97	
73	69,58	UM	Rasmus Heggvik Aune	93	125	218	288,31	
89	82,38	SM	Remy Heggvik Aune	114	153	267	321,84	
109	107,96	SM	Mikal Akseth	120	160	280	302,44	

AK Bjørgvin								1 171,34
109	105,44	M45	Børge Aadland	112	152	264	287,36	
81	80,84	SM	Adrian Henneli	114	136	250	304,21	
73	67,34	SM	Marcus Bratli	102	126	228	307,67	
109	103	SM	Laurits Hamre	108	140	248	272,10	

Ranking kvinner:

55	52,32	SK	Sarah Hovden Øvsthus,AK Bjørgvin	74	93	167	247,87
59	58,16	UK	Sandra Nævdal,AK Bjørgvin	76	94	170	234,38
76	71,90	SK	Melissa Schanche,Spydeberg Atletene	86	106	192	233,63
76	73,18	SK	Tinna Ringsaker,Spydeberg Atletene	84	108	192	231,53
81	80,34	SK	Lone Kalland,Tambarskjelvar IL	85	110	195	224,99
59	58,66	SK	Ragnhild Haug Lillegård,Oslo AK	71	90	161	220,73
76	73,58	JK	Tine Pedersen,Tambarskjelvar IL	81	100	181	217,67
64	62,62	SK	Celine Mariell Båtnes,Spydeberg Atletene	70	93	163	214,42
81	78,40	SK	Stine Mari Hasfjord,AK Bjørgvin	80	101	181	211,15
71	67,14	SK	Ane Westrheim,Spydeberg Atletene	68	90	158	199,50
64	63,96	SK	Iselin Hatlens,AK Bjørgvin	67	82	149	193,51
71	67,22	SK	Tina Nyhammer,Tambarskjelvar IL	67	85	152	191,80
59	55,64	K35	Kine Krøs,Spydeberg Atletene	60	74	134	190,37
81	79,20	JK	Vår Eik Litland,AK Bjørgvin	75	85	160	185,79
64	63,30	SK	Frida Baade,Oslo AK	62	79	141	184,26
64	59,88	SK	Irsis Luna Millstein,Tambarskjelvar IL	56	77	133	179,92
71	65,86	SK	Asta Rønning Fjærli,Oslo AK	60	79	139	177,45
71	64,10	SK	Karoline Merli,Oslo AK	60	76	136	176,40
76	72,28	UK	Trine Endestad Hellevang,Tambarskjelvar IL	63	75	138	167,47
59	58,94	K35	Nicole Aßmann,Oslo AK	45	60	105	143,51

Ranking menn:

+109	127,84	SM	Ragnar Holme,Tambarskjelvar IL	164	200	364	376,14
81	74,69	SM	Daniel Roness,Spysdeberg Atletene	112	152	264	335,06
89	82,38	SM	Remy Heggvik Aune,Hitra VK	114	153	267	321,84
89	84,56	SM	Jantsen Øverås,Tambarskjelvar IL	125	145	270	321,36
+109	107,63	SM	Jørgen Kjellevand,Spysdeberg Atletene	130	167	297	321,12
89	86,11	SM	Reza Benorouz,Spysdeberg Atletene	124	148	272	320,98
73	67,34	SM	Marcus Bratli,AK Bjørgvin	102	126	228	307,67
89	81,28	JM	Kristen Espedal Røyseth,Tambarskjelvar IL	111	140	251	304,59
81	80,84	SM	Adrian Henneli,AK Bjørgvin	114	136	250	304,21
109	107,96	SM	Mikal Akseth,Hitra VK	120	160	280	302,44
73	72,96	UM	Alvolai Røyseth,Tambarskjelvar IL	103	130	233	299,66
73	69,58	UM	Rasmus Heggvik Aune,Hitra VK	93	125	218	288,31
81	77,95	SM	Jonas Grønstad,Spysdeberg Atletene	106	126	232	287,68
109	105,44	M45	Børge Aadland,AK Bjørgvin	112	152	264	287,36
109	103,00	SM	Laurits Hamre,AK Bjørgvin	108	140	248	272,10
89	87,32	JM	Jonas Nord,Spysdeberg Atletene	104	137	241	282,58
73	67,58	UM	Aksel Svorstøl,Tambarskjelvar IL	86	110	196	263,90
81	74,66	SM	Marius Haranes,Hitra VK	91	113	204	258,97
59	55,92	JM	Ronja Lenvik,Hitra VK	72	86	158	242,21

Norgesmeesterskapet for junior 9 April, Sandane

JENTER

45 kg:

1	45	42,41	UK	Nora Kristine Haugland,Vigrestad IK	28	32	60	105,45
---	----	-------	----	-------------------------------------	----	----	----	--------

49 kg:

1	49	46,13	UK	Lea Berge Jensen,Vigrestad IK	37	42	79	129,29
---	----	-------	----	-------------------------------	----	----	----	--------

55 kg:

1	55	53,28	UK	Eline Høyen,Vigrestad IK	47	61	108	158,2
2	55	52,51	UK	Malin Amundsen,AK Bjørgvin	42	46	88	130,27

59kg:

1	59	57,19	UK	Sandra Nævdal,AK Bjørgvin	68	83	151	210,54
2	59	56,19	JK	Åse Johanne Berge,Hitra VK	62	78	140	197,55
3	59	56,16	JK	Victoria Ulsund,Kvadraturen IK	52	60	112	158,1
4	59	58,76	UK	Mariell E. Hellevang, Tambarskjelvar IL	49	61	110	150,64
5	59	57,67	UK	Angelicka Fimland,Tambarskjelvar IL	41	54	95	131,72

64kg:

1	64	62,51	JK	Laila Therese Bjørnarheim,Breimsbygda IL	53	74	127	167,24
2	64	59,27	JK	Alice Fosen,Kvadraturen IK	45	58	103	140,26
3	64	59,87	JK	Siv Helene Haaland,Tysvær VK	40	47	87	117,71

71 kg:

1	71	64,94	JK	Julia Jordanger Loen,Breimsbygda IL	80	100	180	231,68
2	71	67,69	UK	Edle Eik Litland,AK Bjørgvin	70	88	158	198,59
3	71	66,43	UK	Emma Vittring,Tromsø AK	67	84	151	191,82
4	71	69,75	UK	Trine E. Hellevang,Tambarskjelvar IL	62	72	134	165,69
5	71	69,4	JK	Marte Walseth,Nidelv IL	54	68	122	151,26
6	71	68,92	UK	Hedda Øverli,Tromsø AK	48	65	113	140,63
7	71	68,02	UK	Eline Svendsen,Tysvær VK	47	57	104	130,37

76 kg:

1	76	74,88	UK	Lea Berle Horne,Tromsø AK	78	103	181	215,79
2	76	74,79	JK	Mia Mundal,Tønsberg-Kam.	75	103	178	212,34
3	76	72,22	JK	Louisa Hjeltnæs,Gjøvik AK	70	80	150	182,11
4	76	73,46	UK	Linn Christina Larssen,Larvik AK	65	78	143	172,11
5	76	72,87	JK	Iselin Mehl Brekkes,Vigrestad IK	44	57	101	122,06
6	76	72,23	UK	Mille Dekke,Spydeberg Atletene	40	53	93	112,98

81 kg:

1	81	76,91	JK	Hanna K. Vihovde,Haugesund VK	71	86	157	184,79
2	81	77,89	JK	Vår Eik Litland,AK Bjørgvin	70	81	151	176,68

GUTTER**55 kg**

1	55	54,45	UM	Emil Viktor Sveum,Gjøvik AK	70	85	155	242,44
2	55	54,21	JM	Iver Svorstøl,Tambarskjelvar IL	53	70	123	193,04

61 kg

1	61	58,1	UM	Tomack Sand,Hitra VK	57	72	129	192,28
---	----	------	----	----------------------	----	----	-----	--------

67 kg

1	67	66,53	UM	Rasmus Heggvik Aune,Hitra VK	96	121	217	295,06
2	67	65,2	UM	Aksel Svorstøl,Tambarskjelvar IL	72	100	172	236,92
3	67	64,44	UM	Brede Tengeli Lesto,Tambarskjelvar IL	60	80	140	194,32

73 kg

1	73	72,45	JM	Mats Hofstad.Trondheim AK	115	145	260	335,74
2	73	68,63	UM	Alvolai Røyseth,Tambarskjelvar IL	93	115	208	277,4
3	73	67,7	UM	Stefan Rønnevik,Tysvær VK	84	105	189	254,19
4	73	71,86	JM	Eivind Balstad,Nidelv IL	78	98	176	228,35
5	73	70,83	UM	Nima Berntsen,Tambarskjelvar IL	82	93	175	228,99
6	73	70,35	UM	Nikolai K. Aadland,AK Bjørgvin	70	83	153	201,01
	73	69,23	UM	Sander Heyn Stave,Larvik AK	104			

81 kg

1	81	79,48	JM	Kristen Røyseth,Tambarskjelvar IL	108	137	245	300,72
2	81	73,54	UM	Ruben Vikhals Bjerkan,Nidelv IL	75	88	163	208,69
3	81	78,32	UM	Anton Br. Gustavson,Vigrestad IK	74	83	157	194,19

89 kg

1	89	84,25	JM	Christian Karrestad,Spydeberg Atletene	100	126	226	269,46
2	89	87,63	UM	William Christiansen,Larvik AK	86	106	192	224,76
3	89	86,77	UM	Adrian Rosmæl Skauge,Nidelv IL	86	96	182	214,02
4	89	85,52	JM	Emil Strandskog,Tønsberg-Kam.	75	102	177	209,55

96 kg

1	96	95,49	JM	Alexander Eide,Haugesund VK	89	111	200	225,72
2	96	92,11	JM	Knut Bjering Strand,T&IL National	92	106	198	226,78

109 kg

1	109	103,8	JM	Hans Gunnar Kvalsheim,Vigrestad IK	111	136	247	270,28
---	-----	-------	----	------------------------------------	-----	-----	-----	--------

JENTER RANKING

1	71	64,94	JK	Julia Jordanger Loen,Breimsbygda IL	80	100	180	231,68
2	76	74,88	UK	Lea Berle Horne,Tromsø AK	78	103	181	215,79
3	76	74,79	JK	Mia Mundal,Tønsberg-Kam.	75	103	178	212,34
4	59	57,19	UK	Sandra Nævdal AK Bjørgvin	68	83	151	210,54
5	71	67,69	UK	Edle Eik Litland,AK Bjørgvin	70	88	158	198,59
6	59	56,19	JK	Åse Johanne Berge,Hitra VK	62	78	140	197,55
7	71	66,43	UK	Emma Vittring,Tromsø AK	67	84	151	191,82
8	81	76,91	JK	Hanna K. Vihovde,Haugesund VK	71	86	157	184,79
9	76	72,22	JK	Louisa Hjelmsås,Gjøvik AK	70	80	150	182,11
10	81	77,89	JK	Vår Eik Litland,AK Bjørgvin	70	81	151	176,68
11	76	73,46	UK	Linn Christina Larssen,Larvik AK	65	78	143	172,11
12	64	62,51	JK	Laila Th. Bjørnarheim,Breimsbygda IL	53	74	127	167,24
13	71	69,75	UK	Trine E.Hellevang,Tambarskjelvar IL	62	72	134	165,69
14	55	53,28	UK	Eline Høien,Vigrestad IK	47	61	108	158,2
15	59	56,16	JK	Victoria Ulsund,Kvadraturen IK	52	60	112	158,1
16	71	69,4	JK	Marte Walseth,Nidelv IL	54	68	122	151,26
17	59	58,76	UK	Mariell E. Hellevang,Tambarskjelvar IL	49	61	110	150,64
18	71	68,92	UK	Hedda Øverli,Tromsø AK	48	65	113	140,63
19	64	59,27	JK	Alice Fosen,Kvadraturen IK	45	58	103	140,26
20	59	57,67	UK	Angelicka Fimland,Tambarskjelvar IL	41	54	95	131,72
21	71	68,02	UK	Eline Svendsen,Tysvær VK	47	57	104	130,37
22	55	52,51	UK	Malin Amundsen,AK Bjørgvin	42	46	88	130,27
23	49	46,13	UK	Lea Berge Jensen,Vigrestad IK	37	42	79	129,29
24	76	72,87	JK	Iselin Mehl Brekklus Vigrestad IK	44	57	101	122,06
25	64	59,87	JK	Siv Helene Haaland,Tysvær VK	40	47	87	117,71
26	76	72,23	UK	Mille Dekke,Spjydeberg Atletene	40	53	93	112,9
27	45	42,41	UK	Nora Kristine Haugland,Vigrestad IK	28	32	60	105,45

GUTTER RANKING

1	73	72,45	JM	Mats Hofstad,Trondheim AK	115	145	260	335,74
2	81	79,48	JM	Kristen Røyseth,Tambarskjelvar IL	108	137	245	300,72
3	67	66,53	UM	Rasmus Heggvik Aune,Hitra VK	96	121	217	295,06
4	73	68,63	UM	Alvolai Røyseth,Tambarskjelvar IL	93	115	208	277,4
5	109	103,8	JM	Hans Gunnar Kvalsheim,Vigrestad IK	111	136	247	270,28
6	89	84,25	JM	Christian Karrestad,Spjydeberg Atletene	100	126	226	269,46
7	73	67,7	UM	Stefan Rønnevik,Tysvær VK	84	105	189	254,19
8	55	54,45	UM	Emil Viktor Sveum,Gjøvik AK	70	85	155	242,44
9	67	65,2	UM	Aksel Svorstøl,Tambarskjelvar IL	72	100	172	236,92
10	73	70,83	UM	Nima Berntsen,Tambarskjelvar IL	82	93	175	228,99
11	73	71,86	JM	Eivind Balstad,Nidelv IL	78	98	176	228,35
12	96	92,11	JM	Knut Bjerling Strand,T&IL National	92	106	198	226,78
13	96	95,49	JM	Alexander Eide,Haugesund VK	89	111	200	225,72
14	89	87,63	UM	William Christiansen,Larvik AK	86	106	192	224,76
15	89	86,77	UM	Adrian Rosmæl Skauge,Nidelv IL	86	96	182	214,02
16	89	85,52	JM	Emil Strandskog,Tønsberg-Kam.	75	102	177	209,55
17	81	73,54	UM	Ruben Vikhals Bjerkan,Nidelv IL	75	88	163	208,69
18	73	70,35	UM	Nikolai K. Aadland,AK Bjørgvin	70	83	153	201,01
19	67	64,44	UM	Brede Tengel Lesto,Tambarskjelvar IL	60	80	140	194,32
20	81	78,32	UM	Anton B.d Gustavson,Vigrestad IK	74	83	157	194,19
21	55	54,21	JM	Iver Svorstøl,Tambarskjelvar IL	53	70	123	193,04
22	61	58,1	UM	Tomack Sand,Hitra VK	57	72	129	192,28
23	81	77,13	JM	Aleksander Sunde,Breimsbygda IL	63	82	145	180,82
	73	69,23	UM	Sander Heyn Stave,Larvik AK	0	104		

Norgesmesterskapet for junior lag 9 april, Sandane

JUNIOR KVINNER

1	AK Bjørgvin								585,81
	55	52,51	UK	Malin Amundsen	42	46	88	130,27	
	59	57,19	UK	Sandra Nævdal	68	83	151	210,54	
	71	67,69	UK	Edle Eik Litland	70	88	158	198,59	
	81	77,89	JK	Vår Eik Litland	70	81	151	176,68	
2	Breimsbygda IL								566,53
	49	48,66	UK	Tuva Sægrov Øygard	23	35	58	90,95	
	64	63,09	JK	Mariell Morken	57	71	128	167,61	
	64	62,51	JK	Laila Therese Bjørnarheim	53	74	127	167,24	
	71	64,94	JK	Julia Jordanger Loen	80	100	180	231,68	
3	Tromsø AK								548,24
	71	68,92	UK	Hedda Øverli	48	65	113	140,63	
	71	66,43	UK	Emma Vittring	67	84	151	191,82	
	76	74,88	UK	Lea Berle Horne	78	103	181	215,79	
4	Tambarskjelvar IL								448,04
	59	58,76	UK	Mariell Endestad Hellevang	49	61	110	150,64	
	59	57,67	UK	Angelicka Fimland	41	54	95	131,72	
	71	69,75	UK	Trine Endestad Hellevang	62	72	134	165,69	

JUNIOR MENN

1	Tambarskjelvar IL								815,04
	67	65,2	UM	Aksel Svorstøl	72	100	172	236,92	
	73	70,83	UM	Nima Berntsen	82	93	175	228,99	
	73	68,63	UM	Alvolai Røyseth	93	115	208	277,4	
	81	79,48	JM	Kristen Røyseth	108	137	245	300,72	
2	Hitra VK								701,19
	61	58,1	UM	Tomack Sand	57	72	129	192,28	
	67	66,53	UM	Rasmus Heggvik Aune	96	121	217	295,06	
	59	56,19	JK	Åse Johanne Berge	62	78	140	213,85	
3	Nidelv IL								651,06
	73	71,86	JM	Eivind Balstad	78	98	176	228,35	
	81	73,54	UM	Ruben Vikhals Bjerkan	75	88	163	208,69	
	89	87	UM	Adrian Rosmæl Skauge	86	96	182	214,02	
4	Larvik AK								407,96
	73	69,23	UM	Sander Heyn Stave	104				
	89	87,63	UM	William Christiansen	86	106	192	224,76	
	76	73,46	UK	Linn Christina Larssen	65	78	143	183,2	

NM 5-kamp Larvik AK, Stavernhallen. 17.-18.09.2022

Kvinner

13-14

1	54,01	Eline Høien,Vigrstad IK	47	61	6,32	9,98	7,21	579,47
2	62,19	Mariell E.Hellevang,Tambarskjelvar IL	51	63	6,32	9,83	7,63	538,82
3	48,95	Lea B. Jensen,Vigrstad IK	41	51	5,81	7,26	7,46	512,17
4	46,60	Heidi Nævdal,AK Bjørgvin	27	37	5,82	7,33	7,56	467,23

5	45,87	Nora K. Haugland,Vigrstad IK	31	36	5,38	5,29	8,12	407,04
6	74,66	Mille Dekke,Spysdeberg Atletene	39	52	5,13	9,02	9,07	383,48
7	51,00	Lisa Siqveland,Vigrstad IK	25	32	5,25	5,49	8,61	350,87

1	58,50	Sandra Nævdal,AK Bjørgvin	75	92	7,46	11,01	6,64	719,73
2	55,64	Ronja Lenvik,Hitra VK	72	87	7,19	10,75	7,06	696,27
3	70,60	Tine R. Pedersen,Tambarskjelvar IL	77	97	6,93	9,61	7,30	629,10
4	70,36	Trine E. Hellevang,Tambarskjelvar IL	62	72	7,23	9,95	7,85	557,21
5	59,21	Siv-Helene Haaland, Tysvær VK	35	50	5,90	8,27	8,20	450,60
6	55,26	Rina Tysse,Tysvær VK	29	35	5,52	5,60	8,10	382,64

19-23

1	66,71	Julia Jordanger Loen,Breimsbygda IL	81	99	7,22	13,11	6,86	720,09
2	73,96	Tinna Ringsaker,Spysdeberg Atletene	88	101	7,23	10,55	7,26	659,29
3	72,90	Louisa Hjelmås,Gjøvik AK	72	85	6,49	8,45	7,64	558,16
4	75,15	Anna Wiik,Breimsbygda IL	51	67	7,02	10,03	7,29	543,79
5	67,55	Emilie Kolseth Jensen,Breimsbygda IL	25	25	4,99	10,53	9,15	349,12

24-34

1	68,96	Marit Årdalsbakke, Tambarskjelvar IL	90	110	7,74	14,20	6,83	766,21
2	56,90	Rebekka Tao Jacobsen,Larvik AK	80	103	7,27	10,49	6,86	735,39
3	63,37	Celine M. Båtnes,Spysdeberg Atletene	68	91	7,17	11,40	7,43	652,56
4	82,86	Lone Kalland,Tambarskjelvar IL	81	106	7,13	12,82	7,48	652,19
5	74,02	Melissa Schanche,Spysdeberg Atletene	88	106	7,20	8,98	7,72	625,68
6	63,75	Sara Broe Østvold,Spysdeberg Atletene	63	78	6,87	8,43	7,35	579,41
7	63,55	Katarina Øye,Vigrestad IK	61	76	6,60	8,90	7,23	579,00
8	66,56	Karoline Merli,Oslo AK	59	78	6,90	8,82	7,30	574,50
9	85,68	Eva K. Erikson,Spysdeberg Atletene	61	81	6,35	8,89	8,49	483,53
10	86,83	Linnea Johanssen,Spysdeberg Atletene4	0	50	5,34	7,41	9,27	342,57

+35

1	79,15	Margit Skjervheim,AK Bjørgvin	47	61	5,55	9,23	9,24	654,99
2	58,97	Line Søfteland,AK Bjørgvin	43	58	5,88	8,27	8,47	651,67
3	59,29	Tinna Marína Jónsdóttir,Tysvær VK	49	67	7,04	10,18	7,33	640,50
4	64,16	Hilde Næss,Lørenskog AK	48	60	6,08	8,78	7,79	593,28
5	70,07	Merete Ree,Tysvær VK	52	67	5,77	7,93	8,56	508,01

Menn

13-14

1	64,99	Rene Myhre,Tønsberg-Kam.	54	79	7,89	12,03	6,56	680,15
2	73,81	Nikolai K. Aadland,AK Bjørgvin	82	97	6,77	11,14	7,45	652,17
3	67,04	Olai Åmot,,Tambarskjelvar IL	47	63	8,05	9,97	7,00	594,53
4	49,49	Tom A.B.Rosvoll,Tambarskjelvar IL	41	51	6,75	7,52	7,00	568,23
5	66,40	Aron Jensen Fauske,Tambarskjelvar IL	58	70	6,23	8,44	7,48	548,62
6	63,54	William Kyvik,Tysvær VK	45	61	6,49	8,60	7,46	528,47
7	49,60	Ruben Skjørestad,Vigrestad IK	28	34	5,98	8,07	7,54	476,87
8	61,96	Andreas K. Savland,Tambarskjelvar IL	42	48	6,12	7,05	7,74	464,73
9	46,82	Svein Surdal,Vigrestad IK	23	32	5,10	6,42	8,33	396,27
10	110,10	Ove Berge Christiansen,Tysvær VK	38	45	4,10	7,67	9,44	291,27

15-16

1	71,30	Alvolai Røyseth,Tambarskjelvar IL	103	123	9,33	13,31	6,39	857,57
2	66,80	Aksel Svorstøl,Tambarskjelvar IL	83	105	8,03	13,63	6,19	803,43
3	56,40	Emil Viktor Sveum,Gjøvik AK	75	90	8,28	9,33	6,40	753,32
4	76,95	Nima Berntsen,Tambarskjelvar IL	86	108	7,99	11,46	6,52	729,56
5	60,00	Tomack Sand,Hitra VK	59	76	8,27	12,73	6,44	726,84
6	64,24	Erik A. F. Johansson, AK Bjørgvin	75	92	7,83	10,20	6,51	713,18
7	86,73	Adrian Rosmæl Skauge,Nidelv IL	88	102	8,02	12,95	6,99	700,88
8	72,45	Ruben Vikhals Bjerkan,Nidelv IL	72	91	7,44	12,65	6,82	688,73

9	88,13	William Christiansen,Larvik AK	95	120	7,22	10,49	7,29	676,13
10	82,20	Oliver Haugan,Tønsberg-Kam.	78	100	7,09	10,42	7,04	641,29
11	67,71	Brede Lesto,Tambarskjelvar IL	58	80	7,70	10,21	6,87	638,00
12	68,45	Rene Djupå,Hitra VK	62	73	7,22	9,62	7,02	605,30
13	89,95	Jakub Kubyda,Tambarskjelvar IL	70	81	7,60	9,92	6,75	604,45
14	56,34	Eirik Orasmæe,Tambarskjelvar IL	45	51	6,65	8,17	6,96	553,17
15	69,48	Henrik Firminio Kjeldsberg,Nidelv IL	55	65	6,18	8,02	7,48	520,37
16	61,34	Sean Elliot Paudel,Tysvær VK	45	70	6,89	5,50	7,54	510,68

17-18

1	80,43	Kristen Røyseth,Tambarskjelvar IL	110	140	8,83	11,35	6,47	821,06
2	70,17	Stefan Rønnevik,Tysvær VK	87	117	9,27	11,35	6,06	812,86
3	67,72	Rasmus Heggvik Aune,Hitra VK	98	130	7,67	9,32	6,66	778,63
4	73,58	Lasse Bye,Nidelv IL	88	105	8,07	10,59	6,37	737,37
5	74,62	Eivind Balstad,Nidelv IL	83	95	8,90	10,08	6,69	709,23
6	91,40	Safa Sjøli Ararat,Nidelv IL	80	98	7,22	8,82	6,98	611,21

19-23

1	88,22	Bent Andre Midtbø,Breimsbygda IL	117	153	9,73	16,03	6,01	915,82
2	79,57	Adrian Henneli,AK Bjørgvin	112	135	9,02	13,47	6,11	861,24
3	105,89	Vetle Andersen,Larvik AK	125	145	9,38	15,66	6,24	857,99
4	79,92	Remy Heggvik Aune,Hitra VK	112	152	8,33	12,38	6,32	849,88
5	69,46	Robert A. Moldestad,Breimsbygda IL	104	116	8,44	12,96	6,06	845,89
6	74,59	Marius Haranes,Hitra VK	85	107	7,63	10,24	6,53	711,29
7	111,64	Hans G. Kvasdheim, Vigrestad IK	105	140	7,70	11,42	7,03	706,42
8	91,47	Emil Strandskog,Tønsberg-Kam.	81	103	7,40	11,31	6,84	655,57

24-34

1	121,36	Kim Eirik Tollefsen,Tønsberg-Kam.	160	200	8,66	13,03	7,05	877,06
2	110,35	Jørgen Kjellevand,Spydeberg Atletene	128	160	9,03	14,88	6,29	859,02
3	83,54	Andreas Klinkenberg,Nidelv IL	97	138	8,05	11,33	6,52	770,25
4	78,84	Jonas Grønstad,Spydeberg Atletene	90	100	8,88	10,05	6,16	734,51
5	88,72	Bjarne Bergheim,Breimsbygda IL	75	100	8,58	13,49	6,52	709,11
	108,83	Tord Gravdal,Vigrestad IK						

+35

1	79,17	Terje Gulvik,Larvik AK	79	100	7,21	9,12	7,52	950,12
2	105,07	Børge Aadland,AK Bjørgvin	106	152	8,06	12,58	6,93	920,42
3	95,70	Dag Rønnevik,Tysvær VK	76	104	6,73	11,63	8,53	769,39

NM 5-kamp Lag, Larvik AK, Stavernhallen.17.-18.09.2022

Kvinner inntil 18 år

1	Tambarskjelvar IL							1725,13
	62,19	Mariell Endestad Hellevang	51	63	6,32	9,83	7,63	538,82
	70,36	Trine Endestad Hellevang	62	72	7,23	9,95	7,85	557,21
	70,60	Tine Rognaldsen Pedersen	77	97	6,93	9,61	7,30	629,10
2	Vigrestad IK							1498,68
	45,87	Nora K. Haugland	31	36	5,38	5,29	8,12	407,04
	48,95	Lea B. Jensen	41	51	5,81	7,26	7,46	512,17
	51,00	Lisa Siqveland	25	32	5,25	5,49	8,61	350,87
	54,01	Eline Høien	47	61	6,32	9,98	7,21	579,47

Kvinner over 18 år

1	Spydeberg Atletene							1864,38
	73,96	Tinna Ringsaker	88	101	7,23	10,55	7,26	659,29
	74,02	Melissa Schanche	88	106	7,20	8,98	7,72	625,68
	85,68	Eva Kristin Erikson	61	81	6,35	8,89	8,49	483,53
	63,75	Sara Broe Østvold	63	78	6,87	8,43	7,35	579,41
2	Breimsbygda IL							1612,99
	67,55	Emilie Kolseth Jensen	25	25	4,99	10,53	9,15	349,12
	75,15	Anna Wiik	51	67	7,02	10,03	7,29	543,79
	66,71	Julia Jordanger Loen	81	99	7,22	13,11	6,86	720,09
3	Tysvær VK							1486,43
	55,26	Rina Tysse	29	35	5,52	5,60	8,10	382,64
	59,21	Siv-Helene Haaland	35	50	5,90	8,27	8,20	450,60
	70,07	Merete Ree	52	67	5,77	7,93	8,56	451,97
	59,29	Tinna Marína Jónsdóttir	49	67	7,04	10,18	7,33	583,86

Menn inntil 18 år

1	Tambarskjelvar IL							2482,06
	80,43	Kristen Røyseth	110	140	8,83	11,35	6,47	821,06
	66,80	Aksel Svorstøl	83	105	8,03	13,63	6,19	803,43
	71,30	Alvolai Røyseth	103	123	9,33	13,31	6,39	857,57
	76,95	Nima Berntsen	86	108	7,99	11,46	6,52	729,56
2	Nidelv IL							2000,82
	72,45	Ruben Vikhals Bjerkan	72	91	7,44	12,65	6,82	688,73
	86,73	Adrian Rosmæl Skauge	88	102	8,02	12,95	6,99	700,88
	69,48	Henrik Firminio Kjeldsberg	55	65	6,18	8,02	7,48	520,37
	91,40	Safa Sjøli Ararat	80	98	7,22	8,82	6,98	611,21
3	Tysvær VK							1852,01
	110,10	Ove Berge Christiansen	38	45	4,10	7,67	9,44	291,27
	63,54	William Kyvik	45	61	6,49	8,60	7,46	528,47
	61,34	Sean Elliot Paudel	45	70	6,89	5,50	7,54	510,68
	70,17	Stefan Rønnevik	87	117	9,27	11,35	6,06	812,86
4	AK Bjørgvin							1778,59
	46,60	Heidi Nævdal	27	37	5,82	3,63	7,56	413,25
	73,81	Nikolai K. Aadland	82	97	6,77	11,14	7,45	652,17
6	4,24	Erik A. F. Johansson	75	92	7,83	10,20	6,51	713,18

Menn over 18 år

1	Breimsbygda IL							2470,82
	69,46	Robert Andre Moldestad	104	116	8,44	12,96	6,06	845,89
	88,22	Bent Andre Midtbø	117	153	9,73	16,03	6,01	915,82
	88,72	Bjarne Bergheim	75	100	8,58	13,49	6,52	709,11
2	Hitra VK							2355,35
	60,00	Tomack Sand	59	76	8,27	12,73	6,44	726,84
	67,72	Rasmus Heggvik Aune	98	130	7,67	9,32	6,66	778,63
	74,59	Marius Haranes	85	107	7,63	10,24	6,53	711,29
	79,92	Remy Heggvik Aune	112	152	8,33	12,38	6,32	849,88

3	AK Bjørgvin								2298,88
	58,50	Sandra Nævdal		75	92	7,46	6,98	6,64	681,95
	79,57	Adrian Henneli		112	135	9,02	13,47	6,11	861,24
	105,07	Børge Aadland		106	152	8,06	12,58	6,93	755,68
4	Tønsberg-Kam.								2212,77
	64,99	Rene Myhre		54	79	7,89	12,03	6,56	680,15
	82,20	Oliver Haugan		78	100	7,09	10,42	7,04	641,29
	91,47	Emil Strandskog		81	103	7,40	11,31	6,84	655,57
	121,36	Kim Eirik Tollefsen		160	200	8,66	13,03	7,05	877,06
5	Spydeberg Atletene								2211,78
	78,84	Jonas Grønstad		90	100	8,88	10,05	6,16	734,51
	63,37	Celine Mariell Båtnes		68	91	7,17	7,63	7,43	618,24
	110,35	Jørgen Kjellevand		128	160	9,03	14,88	6,29	859,02
6	Nidelv IL								2216,85
	74,62	Eivind Balstad		83	95	8,90	10,08	6,69	709,23
	73,58	Lasse Bye		88	105	8,07	10,59	6,37	737,37
	83,54	Andreas Klinkenberg		97	138	8,05	11,33	6,52	770,25
7	Larvik AK								2150,68
	88,13	William Christiansen		95	120	7,22	10,49	7,29	676,13
	105,89	Vetle Andersen		125	145	9,38	15,66	6,24	857,99
	79,17	Terje Gulvik		79	100	7,21	9,12	7,52	616,56
8	Vigrestad IK								1579,56
	46,82	Svein Surdal		23	32	5,10	6,42	8,33	396,27
	49,60	Ruben Skjørestad		28	34	5,98	8,07	7,54	476,87
	111,64	Hans G. Kvadsheim	1	05	140	7,70	11,42	7,03	706,42
	108,83	Tord Gravdal							

Norgesmesterskapet for ungdom 5 november Vigrestad

JENTER

1	49	49,00	UK	Lea Berge Jensen, Vigrestad IK	43	52	95	148,17
2	49	45,80	UK	Nora Kristine Haugland, Vigrestad IK	31	42	73	120,18
3	49	46,26	UK	Heidi Nævdal, AK Bjørgvin	29	34	63	102,87
1	55	54,50	UK	Eline Høien, Vigrestad IK	50	64	114	164,31
2	55	53,50	UK	Thea Emilie Hansen Gjørtz, Larvik AK	29	39	68	99,31
3	55	52,77	UK	Lisa Siqveland, Vigrestad IK	29	35	64	94,40
1	59	58,54	UK	Sandra Nævdal, AK Bjørgvin	79	91	170	233,38
2	59	57,32	UK	Eline Mundal Melle, AK Bjørgvin	46	55	101	140,61
1	64	63,50	UK	Mariell E. Hellevang, Tambarskjelvar IL	54	68	122	159,13
2	64	61,36	UK	Malin Amundsen, AK Bjørgvin	53	66	119	158,51
3	64	62,23	UK	Angelika Fimland, Tambarskjelvar IL	45	60	105	138,65
1	71	69,31	UK	Edle Eik Litland, AK Bjørgvin	72	93	165	204,71
2	71	69,71	UK	Linn Christine Larssen, Larvik AK	66	80	146	180,58
3	71	70,98	UK	Trine E. Hellevang, Tambarskjelvar IL	66	79	145	177,63

4	71	64,73	UK	Eline Svendsen, Tysvær VK	48	60	108	139,27
1	76	75,66	UK	Lea Berle Horne, Tromsø AK	86	111	197	233,69
2	76	74,34	UK	Anita Haugseth, Kvadraturen IK	64	80	144	172,29
1	+81	82,39	UK	Hedda Øverli, Tromsø AK	56	78	134	152,93

GUTTER

1	49	47,79	UM	Svein Surdal Vigrestad IK	24	30	54	93,84
1	55	49,87	UM	Ruben Skjørestad, Vigrestad IK	35	38	73	122,42
1	61	56,27	UM	Emil Viktor Sveum, Gjøvik AK	75	90	165	251,77
2	61	57,64	UM	Erik Orasmæ, Tambaraskjelvar IL	46	59	105	157,41
1	67	66,66	UM	Aksel Svorstøl, Tambaraskjelvar IL	88	110	198	268,89
2	67	63,47	UM	Tomack Sand, Hitra VK	67	83	150	210,29
3	67	66,79	UM	Olai Aamot, Tambaraskjelvar IL	57	75	132	179,04
4	67	62,84	UM	Sean Elliot Paudel, Tysvær VK	50	75	125	176,41
5	67	66,18	UM	Aaron Jensen Fauske, Tambaraskjelvar IL	58	65	123	167,81
6	67	61,72	UM	Noah Svanholm, Gjøvik AK	53	70	123	175,71
7	67	64,01	UM	William Kyvik, Tysvær VK	50	65	115	160,32
8	67	62,97	UM	Andreas K. Savland, Tambaraskjelvar IL	45	53	98	138,11
1	73	68,82	UM	Rasmus Heggvik Aune, Hitra VK	100	127	227	302,22
2	73	70,92	UM	Alvolai Røyseth, Tambaraskjelvar IL	100	126	226	295,50
3	73	70,29	UM	Stefan Rønnevik, Tysvær VK	92	118	210	276,04
4	73	68,51	UM	Brede Lesto, Tambaraskjelvar IL	65	85	150	200,26
5	73	67,42	UM	Rene Djupå, Hitra VK	64	75	139	187,43
6	73	70,13	UM	Henrik Kjeldsberg, Nidelv IL	56	66	122	160,59
7	73	68,07	UM	Nawat Mangmee, Vigrestad IK	40	63	103	138,06
1	81	77,97	UM	Nima Berntsen Lama, Tambaraskjelvar IL	91	113	204	252,93
2	81	74,56	UM	Nikolai K. Aadland, AK Bjørgvin	79	101	180	228,67
3	81	74,13	UM	Ruben Vikhals Bjerkan, Nidelv IL	72	97	169	215,40
4	81	80,38	UM	Oliver Haugan, Tønsberg-Kam.	70	93	163	198,92
5	81	73,66	UM	Emilian V. Roulet-Dubonne, Nidelv IL	68	78	146	186,75
6	81	79,93	UM	Andreas Nyborg, Gjøvik AK	52	69	121	148,09
1	89	87,72	UM	Jakub Kubyda, Tambaraskjelvar IL	76	100	176	205,93
2	89	86,98	UM	Jonathan Gustavsen, Tambaraskjelvar IL	65	85	150	176,19
3	89	85,40	UM	Anton Brundtland Gustavson, Vigrestad IK			0	90
1	96	91,86	UM	William Christiansen, Larvik AK	97	123	220	252,27
2	96	95,50	UM	Sondre Friestad, Vigrestad IK	57	72	129	145,58
1	102	98,07	UM	Benjamin Aarvold, Gjøvik AK	50	65	115	128,45
1	+102	112,02	UM	Ove Berge Christiansen, Tysvær VK	46	56	102	108,94

Ranking 10 beste jenter.

1	76	75,66	UK	Lea Berle Horne, Tromsø AK	86	111	197	233,69
2	59	58,54	UK	Sandra Nævda, AK Bjørgvin	79	91	170	233,38
3	71	69,31	UK	Edle Eik Litland, AK Bjørgvin	72	93	165	204,71

4	71	69,71	UK	Linn Christine Larssen, Larvik AK	66	80	146	180,58
5	71	70,98	UK	Trine Endestad Hellevang, Tambarskjelvar IL	66	79	145	177,63
6	76	74,34	UK	Anita Haugseth, Kvadraturen IK	64	80	144	172,29
7	55	54,50	UK	Eline Høien, Vigrestad IK	50	64	114	164,31
8	64	63,50	UK	Mariell Endestad Hellevang, Tambarskjelvar IL	54	68	122	159,13
9	64	61,36	UK	Malin Amundsen, AK Bjørgvin	53	66	119	158,51
10	+81	82,39	UK	Hedda Øverli, Tromsø AK	56	78	134	152,93

Ranking 10 beste gutter

1	73	68,82	UM	Rasmus Heggvik Aune, Hitra VK	100	127	227	302,22
2	73	70,92	UM	Alvolai Røyseth, Tambarskjelvar IL	100	126	226	295,50
3	73	70,29	UM	Stefan Rønnevik, Tysvær VK	92	118	210	276,04
4	67	66,66	UM	Aksel Svorstøl, Tambarskjelvar IL	88	110	198	268,89
5	81	77,97	UM	Nima Berntsen Lama, Tambarskjelvar IL	91	113	204	252,93
6	96	91,86	UM	William Christiansen, Larvik AK	97	123	220	252,27
7	61	56,27	UM	Emil Viktor Sveum, Gjøvik AK	75	90	165	251,77
8	81	74,56	UM	Nikolai K. Aadland AK Bjørgvin	79	101	180	228,67
9	81	74,13	UM	Ruben Vikhals Bjerkan, Nidelv IL	72	97	169	215,40
10	67	63,47	UM	Tomack Sand, Hitra VK	67	83	150	210,29

Norgesmesterskapet for lag ungdom 5 november Vigrestad IK

Ungdom jenter

1	AK Bjørgvin								596,61
	59	57,32	UK	12/01/06 Eline Mundal Melle	46	55	101	140,61	
	59	58,54	UK	13/03/05 Sandra Nævdal	79	91	170	233,38	
	64	61,36	UK	04/09/05 Malin Amundsen	53	66	119	158,51	
	71	69,31	UK	25/04/06 Edle Eik Litland	72	93	165	204,71	
2	Tambarskjelvar IL								475,41
	64	62,23	UK	28/10/07 Angelika Fimland	45	60	105	138,65	
	64	63,50	UK	07/05/08 Mariell Endestad Hellevang	54	68	122	159,13	
	71	70,98	UK	15/09/05 Trine Endestad Hellevang	66	79	145	177,63	
3	Vigrestad IK								432,66
	49	45,80	UK	24/05/09 Nora Kristine Haugland	31	42	73	120,18	
	49	49,00	UK	04/09/09 Lea Berge Jensen	43	52	95	148,17	
	55	52,77	UK	19/10/09 Lisa Siqveland	29	35	64	94,40	
	55	54,50	UK	27/02/08 Eline Høien	50	64	114	164,31	

Ungdom gutter

1	Tambarskjelvar IL								817,32
	67	66,66	UM	24/07/06 Aksel Svorstøl	88	110	198	268,89	
	73	70,92	UM	28/06/06 Alvolai Røyseth	100	126	226	295,50	
	81	77,97	UM	22/05/06 Nima Berntsen Lama	91	113	204	252,93	
	89	87,72	UM	22/08/06 Jakub Kubyda	76	100	176	205,93	
2	Hitra VK								699,94
	67	63,47	UM	27/04/07 Tomack Sand	67	83	150	210,29	
	73	67,42	UM	13/02/07 Rene Djupå	64	75	139	187,43	
	73	68,82	UM	13/01/05 Rasmus Heggvik Aune	100	127	227	302,22	

3	Tysvær VK								612,77
	67	64,01	UM	28/06/08	William Kyvik	50	65	115	160,32
	67	62,84	UM	20/05/07	Sean Elliot Paudel	50	75	125	176,41
	73	70,29	UM	04/03/05	Stefan Rønnevik	92	118	210	276,04
	+102	112,02	UM	10/02/09	Ove Berge Christiansen	46	56	102	108,94
4	Gjøvik AK								575,57
	61	56,27	UM	28/12/06	Emil Viktor Sveum	75	90	165	251,77
	67	61,72	UM	01/12/07	Noah Svanholm	53	70	123	175,71
	81	79,93	UM	30/07/07	Andreas Nyborg	52	69	121	148,09
	102	98,07	UM	20/08/07	Benjamin Aarvold	50	65	115	128,45
5	Nidelv IL								562,73
	73	70,13	UM	10/01/06	Henrik Kjeldsberg	56	66	122	160,59
	81	73,66	UM	10/08/06	Emilian V. Roulet-Dubonnet	68	78	146	186,75
	81	74,13	UM	23/10/06	Ruben Vikhals Bjerkan	72	97	169	215,40

NM Veteraner 14 mai, Kvadraturen IK, Kristiansand.

KVINNER

1	81	79,28	K5	Margit Skjervheim,AK Bjørgvin	49	61	110	127,67
1	59	56,65	K4	Eva Bjørkeng,Tromsø AK	48	59	107	150,15
1	81	79,16	K3	Maria Israelsson,Tromsø AK	40	49	89	103,37
2	81	76,34	K3	Hege Norman,Elverum AK	35	45	80	94,49
1	64	60,22	K2	Line Giertsen,Trondheim AK	53	66	119	160,40
1	71	66,18	K2	Aurora Foss,Oslo AK	41	59	100	127,31
1	76	72,89	K2	Satu Vänskä-Westgarth,Elverum AK	37	55	92	111,17
1	81	76,11	K2	Larisa Izumrudova,Vigrestad IK	53	67	120	141,94
1	87	82,92	K2	Ingeborg Endresen,AK Bjørgvin	68	74	142	161,63
	64	62,53	K2	Camilla Pedersen,Christiania AK	51			
	+87	93,64	K3	Ingvild Bratterud,Tromsø AK	49			
1	55	54,71	K1	Kine Krøs,Spydeberg Atletene	57	74	131	188,30
1	59	57,89	K1	Tinna Marína Jónsdóttir,Tysvær VK	51	71	122	168,72
2	59	57,95	K1	Nicole Asmann,Oslo AK	51	64	115	158,93
3	59	57,24	K1	Åse Mattson,AK Bjørgvin	35	43	78	108,69
1	71	70,58	K1	Merete Ree,Tysvær VK	53	67	120	147,44
1	87	85,73	K1	Ragnhild Størseth Hakkebo,Tromsø AK 44	63	107	120,14	

MENN

1	96	93,00	M10	Roald Bjerckhol,Larvik AK	40	50	90	102,67
1	73	71,42	M9	Kåre Sagmyr,Nidelv IL	45	55	100	130,21
1	102	99,20	M9	Kolbjørn Bjerckholt,Larvik AK	58	70	128	142,36
1	81	75,66	M7	Egon Vee-Haugen,Grenland AK	63	78	141	177,68
1	89	86,52	M7	Arne Larsen,Tambarskjelvar IL	67	84	151	177,80
1	96	95,40	M7	Johan Thonerud,Spydeberg Atletene	68	83	151	170,48
1	81	78,82	M6	Terje Gulvik,Larvik AK	80	100	180	221,90
1	96	89,08	M6	Lars Hage,Grenland AK	67	85	152	176,63
1	102	101,42	M6	Pål Andersen,Oslo AK	55	65	120	132,38
1	73	72,18	M5	Atle Rønning Kauppinen,Grenland AK	89	116	205	265,29
1	81	79,34	M5	Bjørnar Olsen,Grenland AK	92	108	200	245,71
2	81	79,08	M5	Tom Danielsen,Larvik AK	78	95	173	212,90
1	89	88,96	M5	Dag A. Klinkenberg,Stavanger VK	77	93	170	197,67
2	89	85,60	M5	Jørn Helgheim,Tambarskjelvar IL	53	65	118	139,64
	89	88,66	M5	Frode Thorsås,Larvik AK	76			
1	109	102,80	M5	Alexander Bahmanyar,Spydeberg AT	96	133	229	251,43
1	81	76,78	M4	Jan Robert Solli,Tønsberg-Kam.	83	105	188	235,02
1	102	98,18	M4	Dag Rønnevik,Tysvær VK	77	105	182	203,20
2	102	99,94	M4	Cornelius Wiedwang,Oslo AK	65	80	145	160,82

1	89	87,04	M3	Danckert Loodtz,AK Bjørgvin	89	110	199	233,67
2	89	87,96	M3	Rune Lind,Trondheim AK	77	93	170	198,67
3	89	88,06	M3	Endre Dolata Gundersen,Bryggen AK	70	85	155	181,05
1	96	93,38	M3	Gard Hauge,Bryggen AK	90	112	202	230,05
1	102	98,26	M3	Jon Boye,Kvadraturen IK	103	128	231	257,83
2	102	97,56	M3	Sigurd Vedøy,Bryggen AK	67	90	157	175,71
1	+109	109,52	M3	Børge Aadland,AK Bjørgvin	113	156	269	289,26
2	+109	131,32	M3	Johnny Sandve,Vigrestad IK	74	100	174	178,85
1	81	78,82	M2	Robert Grønland,Elverum AK	79	110	189	233,00
1	89	87,92	M2	Juraj Sziget,Stavanger VK	85	97	182	212,74
1	81	79,68	M1	Kristoffer Thonerud,Spydeberg AT	70	98	168	205,94
1	89	83,56	M1	Patricio Yanez,AK Bjørgvin	86	119	205	245,39
1	102	100,90	M1	Ørjan Hagelund,Vigrestad IK	115	138	253	279,63
1	109	102,96	M1	Tor Fåfeng,Stavanger VK	105	116	221	242,51

Ranking

KVINNER

1	59	56,65	K4	Eva Bjørkeng,Tromsø AK	48	59	107	215,46
2	81	79,28	K5	Margit Skjervheim,AK Bjørgvin	49	61	110	207,47
3	55	54,71	K1	Kine Krøs,Spydeberg Atletene	57	74	131	201,86
4	87	82,92	K2	Ingeborg Endresen,AK Bjørgvin	68	74	142	189,10
5	59	57,89	K1	Tinna Marína Jónsdótti,Tysvær VK	51	71	122	185,09
6	64	60,22	K2	Line Giertsen,Trondheim AK	53	66	119	182,54
7	59	57,95	K1	Nicole Asmann,Oslo AK	51	64	115	172,28
8	81	76,11	K2	Larisa Izumrudova,Vigrestad IK	53	67	120	171,04
9	71	70,58	K1	Merete Ree,Tysvær VK	53	67	120	165,72
10	71	66,18	K2	Aurora Foss,Oslo AK	41	59	100	144,87
11	87	85,73	K1	Ragnhild Størseth Hakkebo,Tromsø AK	44	63	107	135,04
12	76	72,89	K2	Satu Vänskä-Westgarth,Elverum AK	37	55	92	133,96
13	81	79,16	K3	Maria Israelsson,Tromsø AK	40	49	89	126,42
14	81	76,34	K3	Hege Norman,Elverum AK	35	45	80	124,07
15	59	57,24	K1	Åse Mattson,AK Bjørgvin	35	43	78	117,82
	64	62,53	K2	Camilla Pedersen,Christiania AK	51			
	+87	93,64	K3	Ingvild Bratterud,Tromsø AK	49			

MENN

1	73	72,18	M5	Atle Rønning Kauppinen,Grenland AK	89	116	205	387,85
2	81	79,34	M5	Bjørnar Olsen,Grenland AK	92	108	200	365,62
3	109	102,80	M5	Alexander Bahmanyar,Spydeberg AT	96	133	229	361,30
4	+109	109,52	M3	Børge Aadland,AK Bjørgvin	113	156	269	352,32
5	102	99,20	M9	Kolbjørn Bjerkholt,Larvik AK	58	70	128	344,36
6	81	78,82	M6	Terje Gulvik,Larvik AK	80	100	180	341,95
7	102	98,26	M3	Jon Boye,Kvadraturen IK	103	128	231	317,90
8	81	75,66	M7	Egon Vee-Haugen,Grenland AK	63	78	141	316,09
9	96	95,40	M7	Johan Thonerud,Spydeberg Atletene	68	83	151	310,79
10	102	100,90	M1	Ørjan Hagelund,Vigrestad IK	115	138	253	310,11
11	81	76,78	M4	Jan Robert Solli,Tønsberg-Kam.	83	105	188	309,28
12	73	71,42	M9	Kåre Sagmyr,Nidelv IL	45	55	100	304,18
13	89	86,52	M7	Arne Larsen,Tambarskjelvar IL	67	84	151	302,08
14	81	79,08	M5	Tom Danielsen,Larvik AK	78	95	173	300,41
15	89	87,04	M3	Danckert Loodtz,AK Bjørgvin	89	110	199	291,62
16	96	93,38	M3	Gard Hauge,Bryggen AK	90	112	202	287,10
17	89	88,96	M5	Dag A. Klinkenberg,Stavanger VK	77	93	170	284,05
18	96	93,00	M10	Roald Bjerkholt,Larvik AK	40	50	90	277,42
19	81	78,82	M2	Robert Grønland,Elverum AK	79	110	189	277,03
20	96	89,08	M6	Lars Hage,Grenland AK	67	85	152	276,96
21	102	98,18	M4	Dag Rønnevik,Tysvær VK	77	105	182	276,56
22	109	102,96	M1	Tor Fåfeng,Stavanger VK	105	116	221	265,79

NM Lag Veteraner 14 mai, Kvadraturen IK, Kristiansand.

NM LAG KVINNER

1	AK Bjørgvin							514,39
	81	79,28	K5	Margit Skjervheim	49	61	110	207,47
	87	82,92	K2	Ingeborg Endresen	68	74	142	189,10
	59	57,24	K1	Åse Mattson	335	43	78	117,82
2	Tromsø AK							476,92
	59	56,65	K4	Eva Bjørkeng	48	59	107	215,46
	81	79,16	K3	Maria Israelsson	40	49	89	126,42
	87	85,73	K1	Ragnhild Størseth Hakkebo	44	63	107	135,04
	+87	93,64	K3	Ingvild Bratterud	49			

NM LAG VETERANER MENN

1	Grenland AK							1069,56
	81	75,66	M7	Egon Vee-Haugen	63	78	141	316,09
	96	89,08	M6	Lars Hage	67	85	152	276,96
	73	72,18	M5	Atle Rønning Kauppinen	89	116	205	387,85
	81	79,34	M5	Bjørnar Olsen	92	108	200	365,62
2	Larvik AK							986,72
	96	93,00	M10	Roald Bjerkholt	40	50	90	277,42
	102	99,20	M9	Kolbjørn Bjerkholt	58	70	128	344,36
	81	78,82	M6	Terje Gulvik	80	100	180	341,95
	81	79,08	M5	Tom Danielsen	78	95	173	300,41
3	AK Bjørgvin							909,71
	89	87,04	M3	Danckert Loodtz	89	110	199	291,62
	+109	109,52	M3	Børge Aadland	113	156	269	352,32
	89	83,56	M1	Patricio Yanez	86	119	205	265,76
4	Spydeberg Atletene							895,13
	96	95,40	M7	Johan Thonerud	68	83	151	310,79
	81	79,68	M1	Kristoffer Thonerud	70	98	168	223,04
	109	102,80	M5	Alexander Bahmanyar	96	133	229	361,30
5	Stavanger VK							802,78
	89	88,96	M5	Dag A. Klinkenberg	77	93	170	284,05
	89	87,92	M2	Juraj Szigeti	85	97	182	252,94
	109	102,96	M1	Tor Fåfeng	105	116	221	265,79
6	Bryggen AK							729,78
	89	88,06	M3	Endre Dolata Gundersen	70	85	155	228,66
	96	93,38	M3	Gard Hauge	90	112	202	287,10
	102	97,56	M3	Sigurd Vedøy	67	90	157	214,02
7	Oslo AK							610,22
	102	101,42	M6	Pål Andersen	55	65	120	215,65
	102	99,94	M4	Cornelius Wiedwang	65	80	145	208,58
	59	57,95	K1	Nicole Asmann	51	64	115	185,98



13. INTERNASJONALE KONKURRANSER

13.1 IWF junior world championships Heraklion 02. - 10.05.2022

73	JM	Mats HOFSTAD, Trondheim AK	120	150	270	347,68
Plasseringer: Rykk: 15 Støt: 114 Sml: 14						
64	JK	Julia Jordanger LOEN, Breimsbygda IL	84	100	184	239,89
Plasseringer: Rykk: 8 Støt: 13 Sml: 14						

13.2 Europamesterskap for senior 2 – 11 juni 2022, Tirana, Albania

Historiens beste norske europamesterskap for Norge.

Norske europamestre 2022.

Ine Andersson ble europamester i klasse 59 kg i støt med 118 kg. Og ikke nok med det, hun fikk bronsemedalje sammenlagt med 202 kg, det etter at hun rykket 90 kg. Det var norske og nordiske rekorder.

Solfrid Koanda. 3 X GULL

Europamester i klasse 87 kg i alle kategoriene: rykk 109 kg, støt 143 kg, sammenlagt.252 kg. En magisk kveld hvor hun hadde en oppvisning av de sjeldne av en norsk vektløfter. Alle 6 forsøk var godkjente løft som var norsk og nordisk rekorder

I nasjonskampen ble NORGE nr 4 blant kvinner.

Norske deltakere:

55 kg:	SK	Sarah Hovden Øvsthus, AK Bjørgvin	83	105	188	272,03
Plasseringer: Rykk: 8 Støt: 7 Sml: 7						
55 kg:	SK	Rebekka Tao Jacobsen, Larvik AK	77	99	176	252,05
Plasseringer: Rykk: 11 Støt: 11 Sml: 11						
59 kg:	SK	Ine Andersson, Tambarskjelvar IL	90	118	208	284,09
Plasseringer: Rykk: 4 Støt: 1 Sml: 3						
59 kg	SK	Sol Anette Waaler, Trondheim AK	84	107	191	262,77
Plasseringer: Rykk 10 Støt: 9 Sml: 10						
64 kg:	JK	Julia Jordanger Loen, Breimsbygda IL	82	97	179	233,70
Plasseringer: Rykk:18 Støt: 24 Sml: 22						
64 kg	SK	Marit Årdalsbakke, Tambarskjelvar IL	93	109	202	262,24
Plasseringer: Rykk:4 Støt:9 Sml: 7						
87 kg:	SK	Solfrid Koanda, Kvadraturen	109	143	252	281,70
Plasseringer: Rykk:1 Støt: 1 Sml: 1						
73 kg:	SM	Daniel Roness, Spydeberg AT	115	158	273	351,11
Plasseringer: Rykk:14 Støt: 11 Sml: 12						
+109	SM	Kim Eirik Tollefsen, Tønsberg Kam	160	195	355	369,30
Plasseringer: Rykk:12 Støt: 11 Sml: 11						

13.3 European Weightlifting U 15 - Youth Championships Razyn,- POL 10 - 17 August

71	70,35	Karoline Kroken Aasgård FVK	57	80	137	168,62	9-6-7
59	58,30	Sandra Nævdal, AK Bjørgvin	73	86	159	218,87	5-6-6
71	67,00	Edle Eik Litland AK Bjørgvin	64	90	154	194,68	9-6-7
76	75,85	Lea Berle Horne, Tromsø AK	85	113	198	234,59	4-2-2
67	67,00	Rasmus Aune Hitra VK	97	128	225	304,58	10-8-8

Lea Berle Horne fra Tromsø AK, fikk sølvmedaljer i støt og sammenlagt i mesterskapet. Hun satte norske rekorder i ungdom-junior og senior utenom i rykk i junior og senior.

13.4 EM junior og U23 år, 12 - 24 oktober, Dorres,Albania.

Junior:

Kl 55 kg

LENVIK Ronja rykk 72 nr 9 støt 90 nr 8 saml 162 nr 8

Kl 64 kg

LOEN Julia Jordanger rykk 80 nr 9 støt 98 nr 10 saml 178 nr 10

Kl 76 kg

HORNE Lea Berle rykk 87 nr 8 støt 114 nr 4 saml 201nr 6

U 23 år.

Kl 71 kg

RINGSAKER Tinna H. rykk 82 nr 7 støt 199 nr 8 saml 182 nr 8

+109 kg

HOLME Ragnar G. rykk 160 nr 5 støt 193 nr 4 saml 353 nr 4

13.5 VM ungdom, 3 - 12 juli Leon ,Mexico

Kl 59 kg, 57,60	UK	Sandra Nævdal AK Bjørgvin	72	85	157	217,86 p	11;12:11
Kl 76 kg: 74,98	UK	Lea Berle Horne Tromsø AK	84	107	191	227,57	7;5;6

13.6 VM senior, 5 - 16 Desember, Botaga, Colombia.

Solfrid Koanda fra Kvadraturen VK ble verdensmester i alle øvelsene under mesterskapet i Botaga. Det var en maktdemonstrasjon av de sjeldne hvor konkurrentene ikke var i nærheten av henne. Hun ble sammenlagt nr 37 i sinclairpoeng, og nr 6 blant jentene fra Europa

Medaljer klasse 87 kg:

GULL

SOLFRID KOANDA (NOR)

- Rykk: 113KG

- Støt: 147KG

- Total: 260KG

SØLV

EILEEN CIKAMATANA (AUS)

- Rykk: 109KG

- Støt: 140KG

- Total: 249KG

BRONSE

TURSUNOY JABBOROVA (UZB)

- Rykk: 112KG

- Støt: 129KG

- Total: 241KG

Andre norske deltakere og plasseringer:

59	Ine Andersson, Tambarskjelvar IL	90kg	pl 14	116kg	pl 15	206kg	pl 14	281,98	p
64	Marit Årdalsbakke, Tambarskjelvar IL			91kg	pl 11	105kg	pl 16	196kg	pl 12 254,69 p
87	Solfrid Koanda, Kvadraturen VK			113kg	pl 1	147kg	pl 1	260kg	pl 1 292,11 p
+109	Kim Eirik Tollefsen, Tønsberg-Kam.			163kg	pl 21	200kg	pl 19	363kg	pl 19 381,27

13.7 EM Master Razyn, Polen

81	M2	Robert GRØNLAND, Elverum AK	81	105	186	230,72	274,33	nr 9
102	M3	Jon BOYE, Kvadraturen IK	105	130	235	260,56	321,27	nr 3
96	M5	Dag RØNNEVIK, Tysvær VK	78	95	173	196,17	266,98	Upl
96	M5	Lars-Thomas GRØNLIEN, Oslo AK	77	0	0	0,00	0,00	Upl
109	M9	Ole Kolbjørn BJERKHOLT, Larvik AK	55	70	125	137,21	331,9	nr 1
96	M7	Johan THONERUD, Spydeberg AT	65	80	145	163,83	298,67	nr 2
M6	Terje	GULVIK, Larvik AK	75	97	172	210,76	324,79	nr3
96	M6	Geir HESTMANN, Oslo AK	84	95	179	202,18	323,08	nr 1
109	M5	Alexander BAHMANYAR, Spydeberg AT	97	133	230	251,92	362,00	nr 1
109	M5	Jøran HERFJORD, Trondheim AK	93	118	211	230,8	319,72	nr 2

13.8 Nordisk Mesterskap for senior 08 – 09 oktober 2022, Rovaniemi

55.0	54,95	SK	Rebekka Tao Jacobsen, Larvik AK	78	102	180	257,95	1
59.0	58,45	SK	Sol Anette Waaler, Trondheim AK	86	105	191	262,47	2
64.0	59,85	SK	Ine Andersson, Tambarskjelvar IL	86	114	200	270,65	1
76	73,50	SK	Melissa Scanche, Spydeberg Atletene	86	102	188	226,21	4
71.0	67,80	SK	Marit Årdalsbakke, Tambarskjelvar I	92	112	204	256,18	2
81.0	80,60	SK	Lone Kalland, Tambarskjelvar IL	82	110	192	221,22	3

Norske nordiske mestre kvinner:

KI 55 kg:	Rebekka Tao Jacobsen.	180 kg.
KI 59 kg:	Ine Andersson	200 kg.

Nasjonskampen:**Kvinner:**

DEN 40 FIN 36 NOR 31 SWE 31 FRO 1

Menn

FIN 45 SWE 36 DEN 19 ISL 4 NOR 0

12.9 Nordisk mesterskap for ungdom 12 – 13 November, Island

KI 59 kg.	58,15	UK	Sandra Nævdal, AK Bjørgvin	77	93	170	234,41	1
KI 73 kg	70,50	UK	Trine H. Endestad, Tambarskjelvar IL	66	80	146	179,49	5
KI 69 kg.	68,40	UK	Edle Eik Litland, AK Bjørgvin	70	94	164	204,95	3
KI 73 kg	72,45	UK	Linn Christina Larssen, Larvik AK	63	82	145	175,75	3
KI 76 kg	75,25	UK	Lea Berle Horne, Tromsø AK	88	113	201	239,06	1

Norske nordiske ungdomsmestre jenter:

KI 59 kg:	Sandra Nævdal, AK Bjørgvin
KI 76 kg:	Lea Berle Horne, Tromsø AK

Nasjonspoeng ungdom jenter:

Nr 1:	Finland	31	poeng
Nr 2:	Sverige	26	poeng
Nr 3:	Danmark	25	poeng
Nr 4:	Norge	24	poeng
Nr 5:	Island	14	poeng

Gutter:

54,85	UM	Emil Viktor Sveum, Gjøvik AK	75	93	168	261,32	1
66,75	UM	Aksel Svorstøl, Tambarskjelvar	90	114	204	276,81	2
66,75	UM	Rasmus Heggvik Aune, Hitra VK	98	125	223	302,59	1
70,75	UM	Stefan Rønnevik, Tysvær VK	89	120	209	273,66	3
71,45	UM	Alvolai Røyseth, Tambarskjelvar IL	101	127	228	296,81	1
88,30	UM	William A. Christiansen, Larvik AK	100	126	226	263,65	2

Norske nordiske ungdomsmestre gutter:

54,85	UM	Emil Viktor Sveum, Gjøvik AK	75	93	168	261,32	1
66,75	UM	Rasmus Heggvik Aune, Hitra VK	98	125	223	302,59	1
71,45	UM	Alvolai Røyseth, Tambarskjelvar IL	101	127	228	296,81	1

Nasjonspoeng ungdom gutter:

Nr 1:	Norge	35	poeng
Nr 2:	Sverige	25	poeng
Nr 3:	Danmark	19	poeng
Nr 4:	Finland	18	poeng
Nr 5:	Island	11	poeng

13.9 Nordisk mesterskap for junior 12-13 November, Island**Jenter:**

Kl 55 kg	54,75	JK	Ronja Lenvik, Hitra VK	72	85	157	225,56	1
Kl 64 kg	63,15	JK	Julia Jordanger Loen, Breimsbygda IL	84-102		186	243,42	1
Kl 71 kg	69,15	JK	Emma Vittring, Tromsø AK	70	94	164	203,73	3
Kl 71 kg	70,65	JK	Tine Pedersen, Tambarskjelvar IL	80	97	177	217,36	2
Kl 76 kg	71,50	JK	Tuva Loodtz, AK Bjørgvin	69	90	159	194,04	3
Kl 76 kg	74,80	JK	Mia Mundal, Tønsberg-Kam.	75	102	177	211,13	3

Norske nordiske juniormestre jenter:

Kl 55 kg:	Ronja Lenvik, Hitra VK
Kl 64 kg:	Julia Jordanger Loen, Breimsbygda IL

Nasjonspoeng junior jenter:

Nr 1:	Norge	32	poeng
Nr 2:	Finland	30	poeng
Nr 3:	Island	17	poeng
Nr 4:	Danmark	6	poeng
Nr 5:	Sverige	3	poeng

Norske nordiske juniormestre jenter:

KI 55 kg Ronja Lenvik, Hitra VK
 KI 64 kg Julia Jordanger Loen, Breimsbygda IL

Sinclair junior jenter:

1	Aino Luostarinen, FIN	67,50	196,0	246,7
2	Julia Jordanger Loen, NOR	63,15	186,0	243,4
3	Jannike Bäckström, FIN	63,60	184,0	239,8
4	Lea Berle Horne, NOR	75,25	201,0	239,1
5	Janette Ylisoini, FIN	70,40	192,0	236,2
6	Sandra Nævdal, NOR	58,15	170,0	234,4
7	Birta Líf Þórarinsdóttir, ICE	73,70	193,0	231,9
8	Úlfhildur Arna Unnarsdótti, ICE	69,75	187,0	231,2
9	Inka Tiainen, FIN	58,95	169,0	230,9
10	Ronja Lenvik, NOR	54,75	157,0	225,6
11	Tine Pedersen, NOR	70,65	177,0	217,4
12	Nellie Vikström, SWE	63,25	163,0	213,1
13	Josefin Andersson, SWE	60,65	158,0	212,0
14	Ida Mörck, DEN	54,20	146,0	211,3
15	Mia Mundal, NOR	74,80	177,0	211,1
20	Edle Eik Litland, NOR	68,40	164,0	204,9
22	Emma Vittring, NOR	69,15	163,0	202,5
30	Tuva Loodtz, NOR	71,50	159,0	194,0
38	Trine Endestad, NOR	70,50	146,0	179,5
42	Linn Christina Larssen, NOR	72,45	145,0	175

Gutter:

80,60 JM Kristen Espedal Røyseth, Tambarskjelvar IL 110 135 245 298,57 3

Nasjonspoeng junior gutter:

Nr 1:	Sverige	28	poeng
Nr 2:	Island	18	poeng
Nr 3:	Finland	17	poeng
Nr 4:	Danmark	12	poeng
Nr 5:	Norge	4	poeng





14. Deltakelse i utenlandske serier-stevner

14.1 Bundesliga:

05.02.2022

64 59,90- SK Ine Andersson Tambarskjelvar IL 88 -115- 203 274,56

02.04.2022

64 60,80- SK Ine Andersson, Tambarskjelvar IL86 -117 - 203 271,97

12.11.2022

64 59,90- SK Ine Andersson, Tambarskjelvar IL87 -116 - 203 274,56

17.12.2022

64 60,10- SK Ine Andersson, Tambarskjelvar IL85 -115 - 200 269,93

14.2 Fransk serie:

15.01.2022

59 56,6 SK Rebekka Tao Jacobsen, Larvik AK 73-95-168 235,89

+109 123,00 SM Kim Eirik Tollefsen Tønsberg-Kam. 155-190-345 366,17

05.02.2022

59 56,60 SK Rebekka Tao Jacobsen, Larvik AK 76-100-176 247,72

+109 123,20 SM Kim Eirik Tollefsen Tønsberg-Kam 155-195-350 366,17

12.02.2022

109 107,40 M1 Laurits Hamre, AK Bjørgvin 111 155 266 287,80

109 105,20 SM Sebastian Fløysvik, AK Bjørgvin 95 130 225 245,10

89 84,50 M1 Patricio Yanez, AK Bjørgvin 89 115 204 242,89 263,05

102 98,00 SM Håkon Eik Litland, AK Bjørgvin 132 155 287 320,66

109 108,40 M3 Børge Aadland, AK Bjørgvin 109 153 262 282,64 344,25

64 64,40 SK Iselin Hatlenes, AK Bjørgvin 73

55 54,60 SK Sarah Hovden Øvsthus, AK Bjørgvin 83 104 187 269,18

76 70,50 SK Tuva Loodtz, AK Bjørgvin 60 80 140 172,12

81 81,00 K1 Ingeborg Endresen, AK Bjørgvin 70 78 148 170,15 199,08

08.10.2022

+109 120,80 SM Kim Eirik Tollefsen, Tønsberg-Kam 150 191 341 347,85

14.3 17th International Women GP

01.07.2022 Dudelange – Luxemburg

55 54,9 Rebekka Jakobsen, Larvik AK 75 99 174 249,50 Nr 1.

76 74,4 Linn Christina Larssen, Larvik AK 67 80 147 175,81 Nr 7.

14.4 International Tourm. Open Ladies and Masters. Waregem

02.07.2022

81 K55 79,95 Margit Skjermheim, AK Bjørgvin 51 62 113 130,66 212,33

14.5 Aalborg Cup 01.09.2022

59 56,60 SK Rebekka Tao Jacobsen, Larvik AK 80 103 183 256,95

14.6 AK Gothas jubileumsstevne 17.12.2022

81	80,40	UM	Oliver Haugan	Tønsberg-Kam.	59,0	73,0	132,0	161,07
76	75,00	JK	Mia Mundal	Tønsberg-Kam.	81,0	105,0	186,0	221,58
64	59,70	SK	Isabell Thorberg	Tønsberg-Kam.	51,0	65,0	116,0	157,23
81	79,40	SK	Heidi Johansen	Tønsberg-Kam.	60,0	78,0	138,0	160,06
96	93,10	JM	Emil Strandskog	Tønsberg-Kam.	80,0	100,0	180,0	205,25



15. Rangeringer 2022

Ungdom jenter

NR	Navn	Klubb	Dato	Kat	Krv	Rykk	Støt	Sml	Poeng
1	Lea Berle Horne	Tromsø AK	13.11.2022	UK	75,3	88,0	113,0	201,0	240,25
2	Sandra Nævdal	AK Bjørgvin	15.10.2022	UK	58,4	80,0	91,0	171,0	239,52
3	Edle Eik Litland	AK Bjørgvin	13.11.2022	UK	68,4	70,0	94,0	164,0	206,88
4	Linn Christina Larsen	Larvik AK	30.12.2022	UK	70,2	70,0	90,0	160,0	198,83
5	Trine Endestad Hellevang	Tambarskjelvar IL	13.11.2022	UK	70,5	66,0	80,0	146,0	180,91
6	Anita Haugseth	Kvadraturen IK	05.11.2022	UK	74,3	64,0	80,0	144,0	173,24
7	Mathilde Loy Enger	AK Bjørgvin	28.12.2022	UK	67,3	61,0	74,0	135,0	172,04
8	Karoline Kroken	Aasgard FFK	15.10.2022	UK	76,5	61,0	83,0	144,0	170,66
9	Malin Amundsen	AK Bjørgvin	28.12.2022	UK	66,3	57,0	73,0	130,0	167,12
10	Eline Høien	Vigrestad IK	05.11.2022	UK	54,5	50,0	64,0	114,0	168,21
11	Ingrid R. Knappen	AK Bjørgvin	02.06.2022	UK	58,8	55,0	65,0	120,0	167,23
12	Mariell Endestad Hellevang	Tambarskjelvar IL	05.11.2022	UK	63,5	54,0	68,0	122,0	161,28
13	Hedda Øverli	Tromsø AK	05.11.2022	UK	82,4	56,0	78,0	134,0	153,18
14	Emma Reiakvam	Tambarskjelvar IL	22.01.2022	UK	52,8	45,0	58,0	103,0	155,96
15	Lea Berge Jensen	Vigrestad IK	05.11.2022	UK	49,0	43,0	52,0	95,0	152,96
16	Eline Svendsen	Tysvær VK	15.12.2022	UK	62,7	53,0	58,0	111,0	147,98
17	Angelika Fimland	Tambarskjelvar IL	24.11.2022	UK	64,0	46,0	65,0	111,0	145,94
18	Eline Mundal Melle	AK Bjørgvin	15.10.2022	UK	58,3	48,0	56,0	104,0	145,92
19	Emilie Hovland	Grenland AK	24.11.2022	UK	47,1	34,0	50,0	84,0	140,02
20	Lea J. Berge	Vigrestad IK	29.06.2022	UK	48,0	36,0	48,0	84,0	137,67
21	Siv-Helene Haaland	Tysvær VK	18.04.2022	UK	60,5	42,0	52,0	94,0	128,41
22	Sandra Amundsen	AK Bjørgvin	28.12.2022	UK	64,2	42,0	53,0	95,0	124,75
23	Thea Worum Thomassen	Aasgard FFK	21.01.2022	UK	60,3	38,0	53,0	91,0	124,6
24	Nora Kristine Haugland	Vigrestad IK	05.11.2022	UK	45,8	31,0	42,0	73,0	124,8
25	Maren Alvsaker	Haugesund VK	15.12.2022	UK	62,5	36,0	53,0	89,0	118,91
26	Mille Dekke	Spydeberg AT	09.04.2022	UK	72,2	40,0	53,0	93,0	113,66
27	Heidi Nævdal	AK Bjørgvin	28.12.2022	UK	47,1	29,0	40,0	69,0	115,1
28	Vilma Hetle	Trondheim AK	03.12.2022	UK	51,9	33,0	41,0	74,0	113,53
29	Heide Nævdal	AK Bjørgvin	15.10.2022	UK	47,4	30,0	37,0	67,0	111,08
30	Mille Østlie	Spydeberg AT	19.02.2022	UK	69,5	38,0	48,0	86,0	107,46
31	Salma Rørvig	AK Bjørgvin	02.06.2022	UK	44,0	27,0	35,0	62,0	110
32	Rina Tysse	Tysvær VK	28.12.2022	UK	57,5	34,0	42,0	76,0	107,63
33	Karoline Vollen	Trondheim AK	12.04.2022	UK	86,8	43,0	50,0	93,0	103,92
34	Lea Berge-Jensen	Vigrestad IK	22.01.2022	UK	48,5	29,0	36,0	65,0	105,65
35	Julie Rahbeck Eriksen	Larvik AK	17.12.2022	UK	54,8	31,0	40,0	71,0	104,29
36	Thea Emilie Hansen Gjørtz	Larvik AK	05.11.2022	UK	53,5	29,0	39,0	68,0	101,81

NR	Navn	Klubb	Dato	Kat	Krv	Rykk	Støt	Sml	Poeng
37	Lisa Siqveland	Vigrestad IK	28.12.2022	UK	53,8	30,0	36,0	66,0	98,38
38	Anita Haugseh	Stavanger VK	22.10.2022	UK	74,2	,0	80,0	80,0	96,35
39	Ingrid Skag Skjefstad	AK Bjørgvin	28.09.2022	UK	33,4	18,0	24,0	42,0	99,66
40	Tuva Sægrov Øygard	Breimsbygda IL	09.04.2022	UK	48,7	23,0	35,0	58,0	93,95
41	Sara Olsen Knarvik	Ak Bjørgvin	28.12.2022	UK	49,0	21,0	30,0	51,0	82,16
42	Mathea Kvaale	Hitra VK	28.09.2022	UK	47,8	21,0	27,0	48,0	78,96
43	Lea Søttar-Unhjem	Nidelv IL	30.03.2022	UK	48,5	18,0	30,0	48,0	77,92
44	Victoria Dreyer	Aasgard FFK	03.04.2022	UK	63,6	,0	54,0	54,0	71,31
45	Ulla Svanøe Kjellerød	AK Bjørgvin	22.01.2022	UK	69,3	23,0	28,0	51,0	63,84
46	Ingrid Emilie Haugland	Vigrestad IK	25.05.2022	UK	33,0	13,0	15,0	28,0	67,36
47	Julie Svare-Lie	AK Bjørgvin	22.01.2022	UK	78,4	23,0	30,0	53,0	62,04
48	Madeleine Janeck	Tysvær VK	28.12.2022	UK	61,9	43,0	,0	43,0	57,81
49	Anna Siqveland	Vigrestad IK	28.12.2022	UK	37,3	13,0	14,0	27,0	56,69
50	Tomine Gabrielsen	Vigrestad IK	28.12.2022	UK	50,8	15,0	19,0	34,0	53,09

Ungdom gutter

NR	Navn	Klubb	Dato	Kat	Krv	Rykk	Støt	Sml	Poeng
1	Rasmus Aune	Hitra VK	29.12.2022	UM	71,7	101,0	137,0	238,0	309,25
2	Alvolai Røyseth	Tambarskjelvar IL	10.12.2022	UM	73,0	103,0	130,0	233,0	299,68
3	Stefan Rønnevik	Tysvær VK	28.12.2022	UM	71,4	100,0	130,0	230,0	299,54
4	William A. Christiansen	Larvik AK	17.12.2022	UM	91,8	102,0	128,0	256,0	293,63
5	Aksel Svorstøl	Tambarskjelvar IL	13.11.2022	UM	66,8	90,0	114,0	204,0	276,81
6	Remy Aune	Hitra VK	16.02.2022	UM	67,5	88,0	115,0	203,0	273,65
7	Emil Viktor Sveum	Gjøvik AK	13.11.2022	UM	54,9	75,0	93,0	168,0	261,32
8	Nima Berentsen Lama	Tambarskjelvar IL	05.11.2022	UM	78,0	91,0	113,0	204,0	252,93
9	Sander Heyn Stave	Larvik AK	31.03.2022	UM	70,2	85,0	104,0	189,0	248,63
10	Magnus Børø Sund	Nidelv IL	21.01.2022	UM	70,9	80,0	105,0	185,0	241,97
11	Erik A. F. Johansson	AK Bjørgvin	28.12.2022	UM	66,5	79,0	95,0	174,0	236,71
12	Nikolai K. Aadland	AK Bjørgvin	17.09.2022	UM	73,8	82,0	97,0	179,0	228,70
13	Alexander F. Hettle	Trondheim AK	03.12.2022	UM	71,6	80,0	95,0	175,0	227,55
14	Adrian Rosmæl Skauge	Nidelv IL	15.10.2022	UM	88,3	90,0	105,0	195,0	227,47
15	Tomack Sand	Hitra VK	29.12.2022	UM	62,7	62,0	92,0	154,0	217,62
16	Ruben Bjerkan	Nidelv IL	26.10.2022	UM	74,8	75,0	95,0	170,0	215,61
17	Oliver Haugan	Tønsberg-Kam.	29.04.2022	UM	80,3	76,0	100,0	176,0	214,89
18	Adrian Rossmæl Skauge	Nidelv IL	28.12.2022	UM	87,9	85,0	95,0	180,0	210,44
19	Jakub Kudyba	Tambarskjelvar IL	05.11.2022	UM	87,7	76,0	100,0	176,0	205,93
20	Marius Haranes	Hitra VK	16.02.2022	UM	73,8	67,0	92,0	159,0	203,16
21	Anton Bruntland Gustavson	Vigrestad IK	28.12.2022	UM	85,1	80,0	90,0	170,0	201,77
22	Brede Lesto Tengeli	Tambarskjelvar IL	05.11.2022	UM	68,5	65,0	85,0	150,0	200,26
23	Bror Erling Finnanger	Namsos VK	17.03.2022	UM	61,5	40,0	96,0	136,0	194,76

NR	Navn	Klubb	Dato	Kat	Krv	Rykk	Støt	Sml	Poeng
24	Peder Yttervoll	Aasgard FVK	03.04.2022	UM	72,0	60,0	90,0	150,0	194,40
25	Ulrik Lie-Haugen	Larvik AK	30.12.2022	UM	86,1	72,0	90,0	162,0	191,18
26	Rene Djupå	Hitra VK	30.11.2022	UM	66,2	63,0	75,0	138,0	188,31
27	Emilian V. Roulet-Dubonne	Nidelv IL	15.10.2022	UM	73,6	65,0	81,0	146,0	186,85
28	Rene Myhre	Tønsberg-Kam.	17.09.2022	UM	65,0	54,0	79,0	133,0	183,60
29	Aaron Fauske	Tambarskjelvar IL	15.10.2022	UM	68,2	61,0	76,0	137,0	183,45
30	Sean Elliot Rafols Paudel	Tysvær VK	28.12.2022	UM	66,7	55,0	80,0	135,0	183,27
31	Olai Aamot	Tambarskjelvar IL	26.12.2022	UM	71,7	56,0	80,0	136,0	176,74
32	Noha Svanholm	Gjøvik AK	05.11.2022	UM	61,7	53,0	70,0	123,0	175,71
33	Felix Blomkvist	Larvik AK	25.02.2022	UM	85,8	70,0	78,0	148,0	174,95
34	Tarjei Grønås	IL Kraftsport	15.10.2022	UM	61,5	55,0	67,0	122,0	174,71
35	Erik Orasme	Tambarskjelvar IL	26.12.2022	UM	58,3	51,0	62,0	113,0	168,03
36	William Kyvik	Tysvær VK	28.12.2022	UM	65,6	52,0	70,0	122,0	167,40
37	Dawid Zakrzewska	Tysvær VK	22.01.2022	UM	89,7	64,0	80,0	144,0	166,82
38	Henrik Kjeldsberg	Nidelv IL	26.10.2022	UM	70,7	58,0	68,0	126,0	165,11
39	Marius Løge	Vigrestad IK	23.02.2022	UM	62,7	50,0	63,0	113,0	159,75
40	Sondre Friestad	Vigrestad IK	29.06.2022	UM	91,1	60,0	75,0	135,0	155,38
41	Tom A. B. Rosvoll	Tambarskjelvar IL	17.09.2022	UM	49,5	41,0	51,0	92,0	155,26
42	Alexander Tronsgård	Elverum AK	29.05.2022	UM	71,0	50,0	67,0	117,0	152,88
43	Andreas Nyborg	Gjøvik AK	05.11.2022	UM	79,9	52,0	69,0	121,0	148,09
44	Iver Svorstøl	Tambarskjelvar IL	31.03.2022	UM	55,1	40,0	55,0	95,0	147,22
45	Andreas Kvamsås Savland	Tambarskjelvar IL	26.12.2022	UM	66,6	50,0	58,0	108,0	146,81
46	Matias Gjersvik	Vigrestad IK	24.08.2022	UM	52,0	40,0	50,0	90,0	146,01
47	Tom Andre Birkelid	Tambarskjelvar IL	11.06.2022	UM	47,1	36,0	46,0	82,0	144,31
48	Jonathan Helland	Tambarskjelvar IL	22.01.2022	UM	110,6	57,0	75,0	132,0	141,53
49	Nawat Mangmee	Vigrestad IK	05.11.2022	UM	68,1	40,0	63,0	103,0	138,07
50	Erik Kroken	Aasgard FVK	03.04.2022	UM	66,4	45,0	55,0	100,0	136,14

Junior jenter

NR	Navn	Klubb	Dato	Kat	Krv	Rykk	Støt	Smlt	Poeng
1	Julia Jordanger Loen	Breimsbygda IL	22.01.2022	JK	66,1	86,0	108,0	194,0	249,87
2	Lea Berle Horne	Tromsø AK	13.11.2022	UK	75,3	88,0	113,0	201,0	240,25
3	Ronja Lenvik	Hitra VK	17.10.2022	JK	54,4	72,0	90,0	162,0	239,56
4	Sandra Nævdal	AK Bjørgvin	15.10.2022	UK	58,4	80,0	91,0	171,0	239,52
5	Mia Mundal	Tønsberg-Kam.	17.12.2022	JK	75,0	81,0	105,0	186,0	222,71
6	Tine Pedersen	Tambarskjelvar IL	10.12.2022	JK	73,6	81,0	100,0	181,0	218,96
7	Edle Eik Litland	AK Bjørgvin	13.11.2022	UK	68,4	70,0	94,0	164,0	206,88
8	Tuva Loodtz	AK Bjørgvin	15.10.2022	JK	70,9	72,0	95,0	167,0	206,23

NR	Navn	Klubb	Dato	Kat	Krv	Rykk	Støt	Smlt	Poeng
9	Emma Vittering	Tromsø AK	13.11.2022	JK	69,2	70,0	94,0	164,0	205,53
10	Åse Johanne Berge	Hitra VK	09.04.2022	JK	56,2	62,0	78,0	140,0	201,80
11	Celine Dorothea Opdal	Leangen AK	22.06.2022	JK	60,6	65,0	82,0	147,0	200,56
12	Linn Christina Larssen	Larvik AK	30.12.2022	UK	70,2	70,0	90,0	160,0	198,83
13	Louisa Hjelmås	Gjøvik AK	17.09.2022	JK	72,9	72,0	85,0	157,0	190,90
14	Laila Th. Bjørnarheim	Breimsbygda IL	15.10.2022	JK	69,0	64,0	86,0	150,0	188,31
15	Vår Eik Litland	AK Bjørgvin	10.12.2022	JK	79,2	75,0	85,0	160,0	186,34
16	Hanna K.K Vikhovde	Haugesund VK	09.04.2022	JK	76,9	71,0	86,0	157,0	185,55
17	Trine E Hellevang	Tambarskjelvar IL	13.11.2022	UK	70,5	66,0	80,0	146,0	180,91
18	Anita Haugseth	Kvadraturen IK	05.11.2022	UK	74,3	64,0	80,0	144,0	173,24
19	Mathilde Loy Enger	AK Bjørgvin	28.12.2022	UK	67,3	61,0	74,0	135,0	172,04
20	Karoline Kroken	Aasgard FVK	15.10.2022	UK	76,5	61,0	83,0	144,0	170,66
21	Mariell Morken	Breimsbygda IL	09.04.2022	JK	63,0	57,0	71,0	128,0	170,10
22	Eline Høien	Vigrestad IK	05.11.2022	UK	54,5	50,0	64,0	114,0	168,21
23	Ingrid R. Knappen	AK Bjørgvin	02.06.2022	UK	58,8	55,0	65,0	120,0	167,23
24	Malin Amundsen	AK Bjørgvin	28.12.2022	UK	66,3	57,0	73,0	130,0	167,12
25	Marte Walseth	Nidelv IL	16.03.2022	JK	71,8	58,0	77,0	135,0	165,55
26	Victoria Ulsund	Kvadraturen IK	22.10.2022	JK	55,9	52,0	60,0	112,0	162,18
27	Mariell E.Hellevang	Tambarskjelvar IL	05.11.2022	UK	63,5	54,0	68,0	122,0	161,28
28	Alice Fossen	Kvadraturen IK	22.10.2022	JK	58,2	47,0	65,0	112,0	157,39
29	Emma Reiakvam	Tambarskjelvar IL	22.01.2022	UK	52,8	45,0	58,0	103,0	155,96
30	Hedda Øverli	Tromsø AK	05.11.2022	UK	82,4	56,0	78,0	134,0	153,18
31	Lea Berge Jensen	Vigrestad IK	05.11.2022	UK	49,0	43,0	52,0	95,0	152,96
32	Hanna Bullimore	Kvadraturen IK	22.10.2022	JK	68,5	52,0	68,0	120,0	151,20
33	Erika Jellestad	Vigrestad IK	03.01.2022	JK	####	63,0	80,0	143,0	150,11
34	Eline Svendsen	Tysvær VK	15.12.2022	UK	62,7	53,0	58,0	111,0	147,98
35	Angelika Fimland	Tambarskjelvar IL	24.11.2022	UK	64,0	46,0	65,0	111,0	145,94
36	Eline Mundal Melle	AK Bjørgvin	15.10.2022	UK	58,3	48,0	56,0	104,0	145,92
37	Emilie Hovland	Grenland AK	24.11.2022	UK	47,1	34,0	50,0	84,0	140,02
38	Madeline Dahl	Tysvær VK	15.12.2022	JK	62,0	45,0	55,0	100,0	134,33
39	Caroline Taranger	Stavanger VK	22.10.2022	JK	76,8	48,0	65,0	113,0	133,65
40	Kristin Rogstad-Karlsen	Spydeberg AT	27.02.2022	JK	73,8	49,0	61,0	110,0	132,87
41	Siv-Helene Haaland	Tysvær VK	18.04.2022	UK	60,5	42,0	52,0	94,0	128,41
42	Nora Kristine Haugland	Vigrestad IK	05.11.2022	UK	45,8	31,0	42,0	73,0	124,80
43	Sandra Amundsen	AK Bjørgvin	28.12.2022	UK	64,2	42,0	53,0	95,0	124,75
44	Thea W Thomassen	Aasgard FVK	21.01.2022	UK	60,3	38,0	53,0	91,0	124,60
45	Maiken Gattermann	T&IL National	11.03.2022	JK	45,8	30,0	42,0	72,0	123,09
46	Iselin Mehl Brekhus	Vigrestad IK	09.04.2022	JK	72,9	44,0	57,0	101,0	122,84
47	Ina Brendø	Tambarskjelvar IL	15.10.2022	JK	86,1	48,0	59,0	107,0	120,00

NR	Navn	Klubb	Dato	Kat	Krv	Rykk	Støt	Smlt	Poeng
48	Maren Alvsaker	Haugesund VK	15.12.2022	UK	62,5	36,0	53,0	89,0	118,91
49	Heidi Nævdal	AK Bjørgvin	28.12.2022	UK	47,1	29,0	40,0	69,0	115,10
50	Mille Dekke	Spydeberg AT	09.04.2022	UK	72,2	40,0	53,0	93,0	113,66

Junior gutter

NR	Navn	Klubb	Dato	Kat	Krv	Rykk	Støt	Smlt	Poeng
1	Mats Hofstad	Trondheim AK	05.05.2022	JM	72,8	120,0	150,0	270,0	347,68
2	Rasmus Aune	Hitra VK	29.12.2022	UM	71,7	101,0	137,0	238,0	309,25
3	Kristen Røyseth	Tambarskjelvar IL	17.09.2022	JM	80,4	110,0	140,0	250,0	304,99
4	Alvolai Røyseth	Tambarskjelvar IL	10.12.2022	UM	73,0	103,0	130,0	233,0	299,68
5	Stefan Rønnevik	Tysvær VK	28.12.2022	UM	71,4	100,0	130,0	230,0	299,54
6	William A. Christiansen	Larvik AK	17.12.2022	UM	91,8	102,0	128,0	256,0	293,63
7	Emil Aune Holthe	TIF Viking	01.12.2022	JM	80,8	105,0	130,0	235,0	286,01
8	Jonas Nord	Spydeberg AT	10.12.2022	JM	87,3	104,0	137,0	241,0	282,58
9	Aksel Svorstøl	Tambarskjelvar IL	13.11.2022	UM	66,8	90,0	114,0	204,0	276,81
10	William Stormoen	Nidelv IL	28.12.2022	JM	96,8	115,0	130,0	245,0	274,99
11	Remy Aune	Hitra VK	16.02.2022	UM	67,5	88,0	115,0	203,0	273,65
12	Alexander Eide	Haugesund VK	15.12.2022	JM	100,0	112,0	132,0	244,0	270,56
13	Hans Gunnar Kvadsheim	Vigrestad IK	09.04.2022	JM	103,8	111,0	136,0	247,0	270,28
14	Christian Karrestad	Spydeberg AT	09.04.2022	JM	84,3	100,0	126,0	226,0	269,46
15	Mathias Lunde Aven	Tambarskjelvar IL	22.01.2022	JM	78,3	100,0	116,0	216,0	267,28
16	Emil Viktor Sveum	Gjøvik AK	13.11.2022	UM	54,9	75,0	93,0	168,0	261,32
17	Nima Berentsen Lama	Tambarskjelvar IL	05.11.2022	UM	78,0	91,0	113,0	204,0	252,93
18	Daniel Emil E Hansen	Kvadraturen IK	22.10.2022	JM	74,5	93,0	105,0	198,0	251,58
19	Sander Heyn Stave	Larvik AK	31.03.2022	UM	70,2	85,0	104,0	189,0	248,63
20	Lasse Bye	Nidelv IL	17.09.2022	JM	73,4	88,0	105,0	193,0	247,31
21	Even Matnisdal	Vigrestad IK	22.01.2022	JM	70,7	85,0	100,0	185,0	242,34
22	Magnus Børøsd	Nidelv IL	21.01.2022	UM	70,9	80,0	105,0	185,0	241,97
23	Erik A. F. Johansson	AK Bjørgvin	28.12.2022	UM	66,5	79,0	95,0	174,0	236,71
24	Eivind Balstad	Nidelv IL	11.06.2022	JM	72,9	78,0	102,0	180,0	231,61
25	Nikolai K. Aadland	AK Bjørgvin	17.09.2022	UM	73,8	82,0	97,0	179,0	228,70
26	Alexander F. Hetle	Trondheim AK	03.12.2022	UM	71,6	80,0	95,0	175,0	227,55
27	Adrian Rosmæl Skauge	Nidelv IL	15.10.2022	UM	88,3	90,0	105,0	195,0	227,47
28	Knut Bjerjing Strand	T&IL National	09.04.2022	JM	92,1	92,0	106,0	198,0	226,78
29	Reinert Travieso Olsen	Haugesund VK	15.12.2022	JM	95,3	85,0	111,0	196,0	221,38
30	Tomack Sand	Hitra VK	29.12.2022	UM	62,7	62,0	92,0	154,0	217,62
31	Ruben Bjerkan	Nidelv IL	26.10.2022	UM	74,8	75,0	95,0	170,0	215,61
32	Erik Andre Nordbø	Kvadraturen IK	22.10.2022	JM	101,5	90,0	105,0	195,0	215,06

NR	Navn	Klubb	Dato	Kat	Krv	Rykk	Støt	Smlt	Poeng
33	Oliver Haugan	Tønsberg-Kam.	29.04.2022	UM	80,3	76,0	100,0	176,0	214,89
34	Safa Daniel Sjøli Ararat	Nidelv IL	15.10.2022	JM	93,0	86,0	100,0	186,0	212,16
35	Emil Strandskog	Tønsberg-Kam.	17.09.2022	JM	91,5	81,0	103,0	184,0	211,37
36	Jakub Kudyba	Tambarskjelvar IL	05.11.2022	UM	87,7	76,0	100,0	176,0	205,93
37	Marius Haranes	Hitra VK	16.02.2022	UM	73,8	67,0	92,0	159,0	203,16
38	Anton B Gustavson	Vigrestad IK	28.12.2022	UM	85,1	80,0	90,0	170,0	201,77
39	Mathias Dale	Breimsbygda IL	20.02.2022	JM	110,7	88,0	100,0	188,0	201,53
40	Brede Lesto Tengeli	Tambarskjelvar IL	05.11.2022	UM	68,5	65,0	85,0	150,0	200,26
41	Bror Erling Finnanger	Namsos VK	17.03.2022	UM	61,5	40,0	96,0	136,0	194,76
42	Peder Yttervoll	Aasgard FVK	03.04.2022	UM	72,0	60,0	90,0	150,0	194,40
43	Iver Svorstøl	Tambarskjelvar IL	22.01.2022	JM	54,4	53,0	71,0	124,0	194,20
44	Øystein Bringsli	Larvik AK	09.08.2022	JM	73,9	70,0	80,0	150,0	191,51
45	Ulrik Lie-Haugen	Larvik AK	30.12.2022	UM	86,1	72,0	90,0	162,0	191,18
46	Rene Djupå	Hitra VK	30.11.2022	UM	66,2	63,0	75,0	138,0	188,31
47	Emilian V. Roulet-Dubonne	Nidelv IL	15.10.2022	UM	73,6	65,0	81,0	146,0	186,85
48	Rene Myhre	Tønsberg-Kam.	17.09.2022	UM	65,0	54,0	79,0	133,0	183,60
49	Aaron Fauske	Tambarskjelvar IL	15.10.2022	UM	68,2	61,0	76,0	137,0	183,45
50	Sean Elliot Rafols Paudel	Tysvær VK	28.12.2022	UM	66,7	55,0	80,0	135,0	183,27

Senior kvinner

NR	Navn	Klubb	Dato	Kat	Krv	Rykk	Støt	Smlt	Poeng
1	Solfrid Koanda	Kvadraturen IK	15.12.2022	SK	85,6	113,0	147,0	260,0	292,24
2	Ine Andersson	Tambarskjelvar IL	29.05.2022	SK	58,6	90,0	118,0	208,0	290,66
3	Sarah Hovden Øvsthus	AK Bjørgvin	09.04.2022	SK	53,3	85,0	102,0	187,0	280,64
4	Sol Anette Waaler	Trondheim AK	07.10.2022	SK	58,5	86,0	105,0	191,0	267,4
5	Marit Årdalsbakke	Tambarskjelvar IL	29.05.2022	SK	64,0	93,0	109,0	202,0	265,67
6	Rebekka Tao Jacobsen	Larvik AK	07.10.2022	SK	55,0	78,0	102,0	180,0	263,91
7	Julia Jordanger Loen	Breimsbygda IL	22.01.2022	JK	66,1	86,0	108,0	194,0	249,87
8	Veslemøy Kollstad	Kvadraturen IK	22.06.2022	SK	69,9	82,0	114,0	196,0	244,04
9	Lea Berle Horne	Tromsø AK	13.11.2022	UK	75,3	88,0	113,0	201,0	240,25
10	Nora Skuggedal	Larvik AK	30.12.2022	SK	71,3	85,0	110,0	195,0	240,07
11	Ronja Lenvik	Hitra VK	17.10.2022	JK	54,4	72,0	90,0	162,0	239,56
12	Sandra Nævdal	AK Bjørgvin	15.10.2022	UK	58,4	80,0	91,0	171,0	239,52
13	Melissa Schanche	Spydeberg AT	10.12.2022	SK	71,9	86,0	106,0	192,0	235,26
14	Tinna Ringsaker	Spydeberg AT	21.08.2022	SK	72,4	87,0	105,0	192,0	234,33
15	Ragnhild Haug Lillegård	Oslo AK	22.06.2022	Sk	57,6	73,0	91,0	164,0	232,04
16	Lone Kalland	Tambarskjelvar IL	10.12.2022	SK	80,3	85,0	110,0	195,0	225,55
17	Mia Mundal	Tønsberg-Kam.	17.12.2022	JK	75,0	81,0	105,0	186,0	222,71
18	Iselin Brogeland	Stavanger VK	22.10.2022	SK	63,4	74,0	93,0	167,0	220,93

NR	Navn	Klubb	Dato	Kat	Krv	Rykk	Støt	Smlt	Poeng
19	Tine Pedersen	Tambarskjelvar IL	10.12.2022	JK	73,6	81,0	100,0	181,0	218,96
20	Celine Mariell Båtnes	Spydeberg AT	19.02.2022	SK	62,6	72,0	92,0	164,0	218,87
21	Karoline Aadne	Larvik AK	30.12.2022	SK	71,5	77,0	100,0	177,0	217,56
22	Oda Wiig	Spydeberg AT	22.01.2022	SK	58,5	68,0	87,0	155,0	216,97
23	Emmy Kristine L. Rustad	Grenland AK	22.01.2022	SK	59,0	70,0	84,0	154,0	214,04
24	Frida Baade	Oslo AK	10.12.2022	SK	63,3	71,0	90,0	161,0	213,28
25	Stine Mari Hasfjord	AK Bjørgvin	10.12.2022	SK	78,4	80,0	101,0	181,0	211,86
26	Sara Broe Østvold	Spydeberg AT	08.01.2022	SK	64,6	81,0	79,0	160,0	209,22
27	Mari Nesse Bolstad	Christiania AK	22.06.2022	SK	48,6	56,0	72,0	128,0	207,63
28	Ane Westerheim	Spydeberg AT	28.05.2022	SK	67,5	70,0	93,0	163,0	207,33
29	Siren Tjensvoll Kverne	Stavanger VK	22.10.2022	SK	69,1	73,0	92,0	165,0	206,89
30	Edle Eik Litland	AK Bjørgvin	13.11.2022	UK	68,4	70,0	94,0	164,0	206,88
31	Martine Halvorsen Sønju	Trondheim AK	22.06.2022	Sk	74,6	82,0	90,0	172,0	206,49
32	Tuva Loodtz	AK Bjørgvin	15.10.2022	JK	70,9	72,0	95,0	167,0	206,23
33	Anna Tolås Omdal	Vigrestad IK	22.10.2022	SK	63,1	72,0	83,0	155,0	205,72
34	Emma Vittering	Tromsø AK	13.11.2022	JK	69,2	70,0	94,0	164,0	205,53
35	Merethe Solli	Grenland AK	15.10.2022	SK	63,2	71,0	83,0	154,0	204,33
36	Mariel Rørstadbotn	Tambarskjelvar IL	29.04.2022	SK	70,1	68,0	95,0	163,0	202,6
37	Åse Johanne Berge	Hitra VK	09.04.2022	JK	56,2	62,0	78,0	140,0	201,8
38	Celine Dorothea Opdal	Leangen AK	22.06.2022	JK	60,6	65,0	82,0	147,0	200,56
39	Solveig Hagelien	Gjøvik AK	22.06.2022	SK	72,5	70,0	94,0	164,0	200,02
40	Tiril Boge	AK Bjørgvin	22.01.2022	SK	53,5	58,0	75,0	133,0	199,28
41	Linn Christina Larsen	Larvik AK	30.12.2022	UK	70,2	70,0	90,0	160,0	198,83
42	Iselin Hatlenes	AK Bjørgvin	28.12.2022	SK	64,8	72,0	80,0	152,0	198,34
43	Astrid Sporstøl Rasmussen	Leangen AK	22.06.2022	SK	60,0	63,0	81,0	144,0	197,82
44	Maria P.Eriksen Storteig	Aasgard FVK	21.01.2022	SK	71,0	68,0	90,0	158,0	194,99
45	Maria Johnsen Tilset	Leangen AK	22.06.2022	SK	61,6	60,0	84,0	144,0	194,29
46	Tina Nyhammer	Tambarskjelvar IL	10.12.2022	SK	67,2	67,0	85,0	152,0	193,78
47	Sandra Sandberg	Elverum AK	28.12.2022	SK	69,9	68,0	86,0	154,0	191,86
48	Anette Fredriksen Høyland	IL Kraftsport	22.06.2022	SK	86,4	77,0	94,0	171,0	191,46
49	Bente Aljandra Bjørnevold	Leangen AK	03.12.2022	SK	68,7	65,0	87,0	152,0	191,24
50	Louisa Hjelmås	Gjøvik AK	17.09.2022	JK	72,9	72,0	85,0	157,0	190,9

Senior menn

NR	Navn	Klubb	Dato	Kat	Krv	Rykk	Støt	Smlt	Poeng
1	Kim Eirik Tollefsen	Tønsberg-Kam.	15.12.2022	SM	119,1	163,0	200,0	363,0	381,27
2	Ragnar Holme	Tambarskjelvar IL	10.12.2022	SM	127,8	164,0	200,0	364,0	376,14
3	Daniel Roness	Spydeberg AT	29.05.2022	SM	73,0	115,0	158,0	273,0	351,13
4	Mats Hofstad	Trondheim AK	05.05.2022	JM	72,8	120,0	150,0	270,0	347,68

NR	Navn	Klubb	Dato	Kat	Krv	Rykk	Støt	Smlt	Poeng
5	Reza Benorouz	Spydeberg AT	22.06.2022	SM	86,3	126,0	151,0	277,0	326,51
6	Jørgen Kjellevand	Spydeberg AT	08.01.2022	SM	106,7	130,0	171,0	301,0	326,41
7	Håkon Evensen Bekkevold	Elverum AK	24.04.2022	SM	79,3	115,0	150,0	265,0	325,76
8	Remy Aune	Hitra VK	17.09.2022	SM	79,9	112,0	152,0	264,0	323,12
9	Jantsen Øverås	Tambarskjelvar IL	10.12.2022	SM	84,6	125,0	145,0	270,0	321,36
10	Roy Sømme Ommedal	Vigrestad IK	23.04.2022	SM	91,7	124,0	156,0	280,0	321,31
11	Håkon Eik Litland	AK Bjørgvin	12.02.2022	SM	98,0	132,0	155,0	287,0	320,66
12	Daniel R. Erichsen	Tønsberg-Kam.	22.06.2022	SM	93,5	128,0	153,0	281,0	319,86
13	Bent Andre Midtbø	Breimsbygda IL	22.06.2022	SM	87,4	120,0	152,0	272,0	318,86
14	Mats Olsen	Tønsberg-Kam.	23.04.2022	SM	89,9	119,0	156,0	275,0	318,28
15	Lars Fredrik Gylseth	Elverum AK	28.12.2022	SM	86,8	120,0	145,0	265,0	311,57
16	Rasmus Aune	Hitra VK	29.12.2022	UM	71,7	101,0	137,0	238,0	309,25
17	Mikal Akseth	Hitra VK	29.12.2022	SM	110,2	127,0	161,0	288,0	309,11
18	Sigurd Haug Korsvoll	Trondheim AK	03.12.2022	SM	93,0	117,0	153,0	270,0	308,01
19	Marcus Bratli	AK Bjørgvin	10.12.2022	SM	67,3	102,0	126,0	228,0	307,67
20	Erlend Raastad	Grenland AK	15.10.2022	SM	101,1	116,0	162,0	278,0	307,04
21	Tord Gravdal	Vigrestad IK	27.04.2022	SM	109,0	125,0	160,0	285,0	306,92
22	Joel August Tobiassen	Kvadraturen IK	22.06.2022	SM	85,6	112,0	147,0	259,0	306,57
23	Kristen Røyseth	Tambarskjelvar IL	17.09.2022	JM	80,4	110,0	140,0	250,0	304,99
24	Adrian Henneli	Tambarskjelvar IL	10.12.2022	SM	80,8	114,0	136,0	250,0	304,21
25	Thomas Malmo	Leangen AK	22.06.2022	SM	91,2	115,0	148,0	263,0	302,51
26	Alvolai Røyseth	Tambarskjelvar IL	10.12.2022	UM	73,0	103,0	130,0	233,0	299,68
27	Stefan Rønnevik	Tysvær VK	28.12.2022	UM	71,4	100,0	130,0	230,0	299,54
28	Lars D.R.Erichsen	Tønsberg-Kam.	24.09.2022	SM	95,3	120,0	145,0	265,0	299,32
29	Ragnar Dreier	Nidelv IL	23.04.2022	SM	79,7	108,0	135,0	243,0	297,81
30	Eskil Andersen	Stavanger VK	22.10.2022	SM	89,0	110,0	143,0	253,0	294,17
31	William A. Christiansen	Larvik AK	17.12.2022	UM	91,8	102,0	128,0	256,0	293,63
32	Vetle Andersen	Larvik AK	17.09.2022	SM	105,9	125,0	145,0	270,0	293,48
33	Robert Andre Moldestad	Breimsbygda IL	17.09.2022	SM	69,5	104,0	116,0	220,0	291,28
34	Danny Duy Vo	Grenland AK	14.03.2022	SM	79,5	107,0	130,0	237,0	290,87
35	Fredrik Kvist Gyllensten	Christiania AK	15.10.2022	SM	78,4	105,0	129,0	234,0	289,28
36	Jonas Grønstad	Spydeberg AT	15.10.2022	SM	76,6	105,0	125,0	230,0	287,90
37	Laurits Hamre	AK Bjørgvin	12.02.2022	SM	107,4	111,0	155,0	266,0	287,80
38	Jonas Hetland Mong	Vigrestad IK	26.02.2022	SM	92,0	110,0	140,0	250,0	286,55
39	Emil Aune Holthe	TIF Viking	01.12.2022	JM	80,8	105,0	130,0	235,0	286,01
40	Jonas Nord	Spydeberg AT	29.10.2022	SM	86,0	105,0	135,0	240,0	283,46
41	Andreas Klinkenberg	Nidelv IL	22.06.2022	SM	80,2	99,0	133,0	232,0	283,45
42	Simen Leite Tajet	Oslo AK	22.06.2022	SM	87,8	108,0	133,0	241,0	281,95
43	Victor Boquetale Domez	Larvik AK	25.02.2022	SM	101,0	115,0	140,0	255,0	281,74
44	Ole Christiansen	Grenland AK	22.06.2022	SM	100,7	111,0	143,0	254,0	280,89
45	Adrian Mendis	Aasgard FVK	22.06.2022	SM	70,8	93,0	120,0	213,0	278,76

NR	Navn	Klubb	Dato	Kat	Krv	Rykk	Støt	Smlt	Poeng
46	Michael Rosenberg	Elverum AK	22.06.2022	SM	69,4	95,0	115,0	210,0	278,31
47	Oskar Emil Wavold	Nidelv IL	22.06.2022	SM	101,1	116,0	136,0	252,0	278,30
48	Endre Winje	Aasgard FVK	21.01.2022	SM	88,0	111,0	127,0	238,0	278,08
49	Jonas André Grønnhaug	Spydeberg AT	22.01.2022	SM	78,8	100,0	125,0	225,0	277,39
50	Torbjørn Øverås	Trondheim AK	23.04.2022	SM	80,2	101,0	126,0	227,0	277,34

Veteraner menn

1	81	79,53	M2	Ronny Matnisdal	Vigrestad IK	128	142	270	331,3	393,92
2	73	72,18	M5	Atle Rønning Kauppinen	Grenland AK	89	116	205	265,29	387,85
3	81	79,34	M5	Bjørnar Olsen	Grenland AK	92	108	200	245,71	365,62
4	109	103,52	M5	Alexander Bahmanyar	Spydeberg AT	97	133	230	251,92	362,00
5	109	103,9	M9	Leif Hepsø	Namsos VK	58	83	141	154,24	360,31
6	102	99,5	M9	Kolbjørn Bjerkholt	Larvik AK	58	75	133	147,75	357,41
7	109	109,52	M3	Børge Aadland	AK Bjørgvin	113	156	269	289,26	352,32
8	102	98,22	M6	Geir Hestmann	Oslo AT	87	107	194	216,57	346,07
9	81	78,82	M6	Terje Gulvik	Larvik AK	80	100	180	221,9	341,95
10	81.0	76,59	M7	Egon Vee-Haugen	Grenland A.K.	70	80	150	187,76	334,03
11	109	104,23	M5	Jøran Herfjord	Trondheim AK	100	120	220	240,4	332,95
12	67	65,67	M3	Stefan Bender	Nidelv IL	91	105	196	268,73	327,31
13	102	100,02	M3	Jon Boye	Kvadraturen IK	105	130	235	260,56	321,27
14	109	107,9	M9	Jan Nystrøm	Trondheim AK	53	74	127	137,2	320,51
15	96	94,59	M7	Johan Thonerud	Spydeberg AT	70	85	155	175,6	320,12
16	89	86,5	M4	Odd Gunnar Røyseth	Tambarskjelvar IL	95	115	210	247,3	316,29
17	96	90,8	M2	Ørjan Østhus	Haugesund VK	105	131	236	271,96	316,02
18	89	85,88	M1	Mauricio Kjeldner	Christiania AT	97	120	217	287,31	314,89
19	73	72,08	M9	Kåre Sagmyr	Nidelv IL	47	57	104	134,69	314,65
20	102	100,64	M1	Ørjan Hagelund	Vigrestad IK	115	140	255	281,57	312,26
21	81	76,78	M4	Jan Robert Solli	Tønsberg-Kam.	83	105	188	235,02	309,28
22	96	94,94	M6	Petter N. Sæterdal	AK Bjørgvin	80	100	180	203,62	308,28
23	96	91,1	M8	Sverre Winnberg	Namsos VK	55	75	130	149,6	308,17
24	89	85,58	M1	Marco Mogueis	Oslo A.K.	104	132	236	286,99	307,66
25	81	79,6	M5	Tom Danielsen	Larvik AK	77	100	177	217,09	306,31
26	81	73,9	M1	Tor Kristoffer Klethagen	Gjøvik AK	115	153	268	285,47	306,03
27	96	93,33	M3	Nuno Correia	Spydeberg AT	103	119	222	252,88	304,22
28	89	86,52	M7	Arne Larsen	Tambarskjelvar IL	67	84	151	177,8	302,08
29	89	83,4	M4	Bjørn Tore Wiik	Namsos VK	88	106	194	232,44	301,48
30	89	83,68	M1	Ciscomar Mogueis	Oslo AK	100	131	231	280,97	301,19
31	96	89,89	M3	Jonny Block	Nidelv IL	90	116	206	238,43	301,14
32	96	95,9	M3	Vegar Olsen	Grenland AK	100	110	210	236,61	298,83

33	89	87,22	M3	Danckert Loodtz	AK Bjørgvin	92	112	204	239,32	298,67
34	96	91,5	M9	Reidar Vårvik	Trondheim AK	50	65	115	132,09	297,86
35	81	76,78	M1	Fabian Fosse	AK Bjørgvin	106	126	232	273,56	293,25
36	109	107,4	M4	Dag Rønnevik	Tysvær VK	84	115	199	215,31	293,04
37	96	90,2	M6	Lars Hage	Grenland AK	70	90	160	184,91	289,94
38	73	72,36	M6	Audun Rørvig	AK Bjørgvin	65	83	148	191,25	289,55
39	96	93,88	M10	Roald Bjerkholt	Larvik AK	42	52	94	106,82	288,62
40	96	93,38	M3	Gard Hauge	Bryggen AK	90	112	202	230,05	287,10
41	89	82,35	M2	Robert Grønland	Elverum AK	86	114	200	241,12	286,70
42	96	90,5	M5	Dag A Klinkenberg	Stavanger VK	75	95	170	196,19	281,92
43	109	107,1	M1	Kim Helge Boltfjord	Vigrestad IK	104	131	235	260,68	279,45
44	96	94,15	M4	Lars-Thomas Grønlien	Oslo AT	82	102	184	208,85	279,44
45	89	88,78	M5	Frode Thorsås	Larvik AK	75	93	168	195,52	275,87
46	81	80,16	M2	Fredrik Enger	AK Bjørgvin	82	105	187	228,53	274,92
47	96	93,30	M1	Patricio Yanez	AK Bjørgvin	89	121	210	251,2	272,05
48	89	84,8	M6	Ketil Wiik Johnsen	Trondheim AK	64	78	142	168,78	269,71
49	96	92,5	M6	Trond Kvilhaug	Nidelv IL	65	85	150	171,5	268,92
50	73	68,7	M2	Ronny Gudmestad	Vigrestad IK	75	100	175	233,24	264,73

Veteraner kvinner

1	71	67,56	K2	Ruth Kasirye	Tønsberg Kam.	76	100	176	221,46	252,02
2	59	56,65	K4	Eva Bjørkeng	Tromsø AK	48	59	107	150,15	215,46
3	71	70,46	K1	Marianne Hasfjord	AK Bjørgvin	69	89	158	194,31	213,15
4	81	79,95	K5	Margit Skjervheim	AK Bjørgvin	51	62	113	130,66	212,33
5	55	52,24	K1	Kine Krøs	Spydeberg AT	56	75	131	194,66	208,67
6	59	58,96	K2	Anne Knarvik	AK Bjørgvin	55	76	131	179	206,39
7	55	53,7	K1	Linn Anneth Myrann	Oslo AK	55	76	131	190,81	204,55
8	64	61,5	K3	Jannicke Lyse Aagaard	Leangen AT	53	67	120	159,62	201,92
9	81	79,52	K2	Ingeborg Endresen	AK Bjørgvin	67	80	147	170,39	199,35
10	81	78,64	K3	Linda På Kroken	Aasgård FVK	60	75	135	157,27	198,94
11	55	54,45	K1	Vibeke Carlsen	Tønsberg - Kam.	57	70	127	183,17	198,55
12	71	70,93	K3	Siren Loy	AK Bjørgvin	58	73	131	160,54	196,34
13	71	66,40	K2	Helena Boye	Kvadraturen IK	60	70	130	165,18	196,07
14	64	59,33	K4	Line Søfteland	AK Bjørgvin	45	57	102	138,81	194,47
15	64	61,80	K2	Line Giertsen	Trondheim AK	55	73	128	169,75	193,17
16	59	57,76	K1	Tinna Marina Jonsdottir	Tysvær VK	56	68	124	171,75	188,41
17	81	78,8	K1	Elisabeth Settem	Trondheim AK	67	84	151	175,74	188,4
18	76	75,98	K3	Larisa Izumrudova	Vigrestad IK	56	70	126	158,41	188,35

19	87	86,8	K5	Rita Alnes	Christiania AT	48	55	103	115,09	177,81
20	71	70	K2	Anna Szigeti	Stavanger VK	60	69	129	159,2	176,71
21	71	70,95	K2	Julie Margaretha Dahle	Oslo Atletklubb	53	66	119	145,81	175,7
22	64	63,68	K1	Camilla Pedersen	Christiania A.K.	49	66	115	149,75	175,2
23	71	70,46	K2	Trine LINDSET	AK Bjørgvin	55	65	120	147,57	175,17
24	76	71,1	K1	Merete Ree	Tysvær VK	56	71	127	155,44	174,71
25	59	57,95	K1	Nicole Aßmann	Oslo AK	51	64	115	158,93	172,28
26	87	86,53	K3	Ingvild Bratterud	Tromsø Aletklubb	54	69	123	137,6	171,18
27	76	74,3	K1	Gry Sunniva Olsen	FVK	51	70	121	144,81	162,77
28	81	79,5	K3	Monika Zakrzewska	Tysvær VK	45	63	108	125,2	158,37
29	71	65,4	K1	Trude Kristiansen	Larvik AK	50	60	110	141	156,51
30	71	64	K2	Hilde Næss	Lørenskog AK	45	55	100	129,52	153,74
31	71	66,35	K2	Aurora Foss	Oslo Atletklubb	43	59	102	129,66	147,56
32	76	72,7	K2	Satu Vänska-Westgarth	Elverum Atletklubb	39	56	95	114,94	138,51
33	71	68,2	K3	Hege Grønland	Elverum AK	36	53	89	111,4	136,24
34	87	85,73	K1	Ragnhild Størseth Hakkebo	Tromsø AK	44	63	107	120,14	135,04
35	64	61,52	K3	Anita Kristoffersen	<u>Stavanger VK</u>	33	42	75	99,74	133,65
36	87	88,22	K3	Maria Israelsson	Tromsø Aletklubb	45	52	97	107,71	131,73
37	71	70,1	K3	Caroline Mone	Trondheim AK	37	50	87	107,28	131,21
38	76	75,6	K3	Hege Norman-Stormbringer	Elverum AK	35	48	83	98,5	129,32
39	59	58,75	K1	Åse Mattson	AK Bjørgvin	35	48	83	113,68	123,23
40	59	57,3	K1	Mia S. Mobæk	Elverum AK	32	48	80	111,4	122,2
41	87+	95,8	SK	Annett Thøgersen	Christiania AK	42	54	96	103,58	121,18
42	71	68,1	K4	Siv Vittring	Tromsø AK	30	40	70	87,69	120,05
43	87	81,12	K2	Lill Beate Søttar Unhjem	Nidelv IL	35	50	85	97,66	115,92
44	87	89	K2	Marcella Masonic	Tønsberg Kam	37	50	87	96,29	112,66
45	71	67,4	K1	Susanne Eide	Trondheim AK	33	41	74	93,24	103,49
46	87	86,2	K2	Vibeke Aune	Tromsø AK	31	48	79	88,51	100,73
47	81	80,8	K1	Rebecca Tiffin	Oslo AK	21	21	42	48,34	52,4

16. Norges Cup 2022

UNGDOM JENTER

Trine Endestad	Tambarskjelvar IL	65
Mariell Endestad	Tambarskjelvar IL	62
Eline Høien	Vigrestad IK	61
Heidi Nævdal	AK Bjørgvin	51
Sandra Nævdal	AK Bjørgvin	50
Lea Berge Jensen	Vigrestad IK	47
Nora Kristine Haugland	Vigrestad IK	44
Mille Dekke	Spydeberg Atletene	40
Lisa Siqveland	Vigrestad IK	31
Eline Svendsen	Tysvær VK	30
Rina Tysse	Tysvær VK	27
Julie Eriksen	Larvik A.K.	26
Ingrid Rommetveit Knappen	AK Bjørgvin	25
Lea Berle Horne	Tromsø AK	25
Karoline Kroken	Aasgard FVK	23
Thea Emilie Hansen Gjørts	Larvik A.K.	21
Linn Christina Larsen	Larvik A.K.	21
Emma Reiakvam	Tambarskjelvar IL	20
Malin Amundsen	AK Bjørgvin	18
Eline Mundal Melle	AK Bjørgvin	18

UNGDOM GUTTER

Alvolai Røyseth	Tambarskjelvar IL	73
Rasmus Heggvik Aune	Hitra VK	71
Stefan Rønnevik	Tysvær VK	67
Aksel Svorstøl	Tambarskjelvar IL	65
Nima Berntsen	Tambarskjelvar IL	55
Erik A. F. Johansson	AK Bjørgvin	51
Adrian Rosmæl Skauge	Nidelv IL	48
Nikolai K. Aadland	AK Bjørgvin	47
Tomack Sand	Hitra VK	41
Ruben Vikhals Bjerkan	Nidelv IL	40
Emil Viktor Sveum	Gjøvik AK	39
Oliver Haugan	Tønsberg K.	38
Rene Djupå	Hitra VK	34
William Christiansen	Larvik A.K.	33
Jakub Kudyba	Tambarskjelvar IL	32
Brede Lesto	Tambarskjelvar IL	30
William Christiansen	Larvik AK	30
Magnus Børø Sund	Nidelv IL	20
Sander Heyn Stave	Larvik A.K.	19
Anton Brundtland Gustavson	Vigrestad IK	18

JUNIOR JENTER

Ronja Lenvik	Hitra VK	71
Tine Rognaldsen	Tambarskjelvar IL	65
Julia Jordanger Loen	Breimsbygda IL	50
Mia Mundal	Tønsberg Kam.	44
Louisa Hjelmås	Gjøvik AK	38
Victoria Ulsund	Kvadraturen IK	33
Alice Fossen	Kvadraturen IK	31
Siv-Helene Haaland	Tysvær VK	29
Tuva Loodtz	AK Bjørgvin	21
Åse Johanne Berge	Hitra VK	20
Emma Vittring	Tromsø AK	20
Laila Therese Bjørnarheim	Breimsbygda IL	19
Marte Walseth	Nidelv IL	18
Emilie Kolseth Jensen	Breimsbygda IL	18
Hanna Kongsvik Vihovde	Haugesund VK	17
Hanna Bullimore	Kvadraturen IK	14
Marte Walseth	Nidelv IL	13
Caroline Taranger	Stavanger VK	12
Ina Brendø	Tambarskjelvar IL	11

JUNIOR GUTTER

Kristen Røyseth	Tambarskjelvar IL	75
Hans Gunnar Kvadsheim	Vigrestad IK	66
Eivind Balstad	Nidelv IL	44
Christian Karrestad	Spydeberg Atletene	43
Emil Strandskog	Tønsberg-Kam.	36
Safa Daniel Sjøli Ararat	Nidelv IL	36
Mathias Aven	Tambarskjelvar IL	23
Lasse Bye	Nidelv IL	23
Emil Strandskog	Tønsberg Kam	21
Alexander Eide	Haugesund VK	21
Daniel Emil Egeberg Hansen	Kvadraturen IK	20
Even Matnisdal	Vigrestad IK	19
Erik Andre Nordbø	Kvadraturen IK	19
Knut Bjering Strand	National	18
Iver Svorstøl	Tambarskjelvar IL	17
William Stormoen	Nidelv IL	16

17. Årets klubb 2022

1	Tambarskjelvar IL	1075
2	Vigrestad IK	672
3	AK Bjørgvin	660
4	Hitra VK	326
5	Nidelv IL	324
6	Spydeberg Atletene	263
7	Larvik AK	245
8	Gjøvik AK	243
9	Tysvær VK	232
10	Breimsbygda IL	203
11	Tønsberg-Kam.	174
12	Tromsø AK	141
13	Kvadraturen VK	120
14	Trondheim AK	91
15	Oslo AK	65
16	Haugesund VK	48
17	Stavanger VK	41
18	Leangen AK	37
19	T&IL National	24
20	Grenland AK	20
21	Elverum AK	16
22	Bryggen AK	14
23	Christiania AK	13
24	Aasgard FVK	13
25	Namsos VK	2
26	IL Kraftsport	0

18. RAPPORT FRA STYREOPPNEVNT UTVALG ÅRET 2022

18.1 Organisasjonsutvalget (OU)

Årsberetning fra Organisasjonsutvalget
Skrevet av Hilde Næss

Organisasjonsutvalget (OU) har i tingperioden bestått av Stian Grimseth, Tryggve Duun og Hilde Næss. OU er et arbeidende og rådgivende utvalg, og rapporterer til styret. OU sitt mandat omfatter forvaltningen av nasjonal idrettspolitikk, utarbeidelse og vedlikehold av NVFs planverk, ansvar for kursløyper for dommere og ledere, og har hovedansvar for NVFs lov- og funksjonærforvaltning. OU er opprettet for å kompensere for at NVF har en liten administrasjon, følgelig er OU involvert i den daglige driften.

OU har møter i forkant av styremøtene, og rapporterer til styret. OU's møter er referatført i styreprotokollene. OU har i tingperioden hatt ansvar for å nominere dommere til internasjonale mesterskap, og har hatt kontakt med arrangør om utnevning av dommere til norske mesterskap. OU har lagt frem forslag på oppdaterte kvalifiseringskrav til styret, og har vært rådgivende organ for administrasjonen i forbindelse med regelverkstolkninger. To av OU's medlemmer, Stian Grimseth og Hilde Næss, har ledet prosessen med å ansette ny generalsekretær. OU takker for en produktiv og spennende periode, og ser frem til å bidra til å videreutvikle NVF ytterligere.

Hilde Næss, styremedlem
Leder av Organisasjonsutvalget
Stian Grimseth, president
Utvalgsmedlem
Tryggve Duun, styremedlem
Utvalgsmedlem



18.2 Breiddeutvalget (BU)

Leder	vara styremedlem Bendik Dalen
Medlem	vara styremedlem Randi Schei
Medlem	styremedlem Tinna Ringsaker
Medlem	styremedlem Tryggve Duun

Rapport

Skrevet av Rebekka Helene Fremstad



På slutten av året 2022 mottok vi beskjeden om at Norges Vektløfterforbund sammen med Norges styrkeløft forbund og Norges Functional Fitness forbund har fått tildelt lokaler på Idrettens Hus Nordbyen. I den anledning er også alle tre idrettene tatt opp i idrettslaget Høybråten og Stovner. Utviklingsansvarlig er glad for å se engasjementet fra løftere i Oslo og ser frem til å bygge opp en klubb med et spesielt fokus på mangfold og inkludering av barn og unge.

Revideringen av trener 1 nærmer seg slutten og i den anledning ønsker NVF å rette en stor takk i til arbeidsgruppen som har hjulpet til i arbeidet. En spesiell takk til Emma Hald som har tatt et ekstra ansvar for kompendiet på trener 1.

NVF har i 2022 opprettet et nytt trenerutviklingskorps bestående av:

Lars Espedal - Emma Hald - Roger Myrholt - Fredrik Gyllensten - Malin Forberg
Jan Egil Trøan - Egon Vee- Haugen - Mauricio Kjeldner - Ronny Fevåg

NVF ønsker å takke alle for engasjementet!

18.3 Toppidrettsutvalget (TU)

Leder	visepresident Børge Aadland
Medlem	Odd Gunnar Røyseth
Medlem	Kristin Solbakken (trakk seg ila året)
Medlem	president Stian Grimseth

Oppsummering av 2022

Skrevet av Børge Aadland



Senior

- 1) Solfrid Koanda ble verdensmester i både rykk (113 kg), støt (147 kg) og sammenlagt (260 kg) i 87 kg klassen. Etter å ha blitt den første kvinnen til å ta gull i støt i 2021, fulgte hun opp med å bli den første til å ta gull i rykk og sammenlagt i 2022. Solfrid Koanda er med det den norske kvinnen som har løftet mest i både rykk og støt.
- 2) Solfrid Koanda ble europamester i både rykk (109 kg), støt (143 kg) og sammenlagt (252 kg) i 87 kg klassen. Hun ble med den første kvinnen til å bli europamester i rykk og sammenlagt. (Noen dager tidligere hadde Norge også en jubeldag da...)
- 3) Ine D. Andersson ble Norges første europamester i støt (118 kg). Med 4. plass i rykk (90 kg), holdt dette også til bronsemedalje sammenlagt (208 kg).
- 4) På europamesterskapet tok de norske kvinnen en sensasjonell 4. plass i nasjonskampen med 379 poeng (kun 2 poeng bak Storbritannia som hadde 8 løftere, mot Norges 7 løftere). Det norske laget som sto for denne bragden var Sarah H. Øvsthus (55 kg klassen: rykk 8., støt 7., sml 7.), Rebekka T. Jacobsen (55 kg klassen: rykk 11., støt 11., sml 11.), Ine D. Andersson (59 kg klassen: rykk 4., støt 1., sml 3.), Sol A. Waaler (59 kg klassen: rykk 10., støt 9., sml 10.), Marit Årdalsbakke (64 kg klassen: rykk 4., støt 9., sml 7.), Julia J. Loen (64 kg klassen: rykk 18., støt 24., sml 22.), Solfrid Koanda 87 kg klassen: rykk 1., støt 1., sml 1.) (Plasseringene til Sarah H. Øvsthus og Rebekka T. Jacobsen kan bli endret som følge av en anti-doping-sak)
- 5) Ragnar Holme var like bak medaljene på EM U23 med 5. plass i rykk (160 kg), 4. i støt (193 kg) og 4. plass sammenlagt (353 kg) i +109 kg klassen.
- 6) Ragnar Holme rykket 164 kg og støtet 200 kg i en alder av 21 år på NM-lag. Han er sannsynligvis med det den yngste nordmannen til å løfte 200 kg i støt på stevne.

Junior

- 1) Julia J. Loen ble nr. 11 på VM junior (84 kg i rykk og 100 kg i støt) i 64 kg klassen.
- 2) Mats Hofstad ble nr. 14 på VM junior (120 kg i rykk og 150 kg i støt) i 73 kg klassen.
- 3) Aldri før har man i Norge hatt flere jenter for junior og ungdom til sammen som har gjort over 200 sinclair poeng: Julia J. Loen (jr), Ronja Lenvik (jr), Lea B. Horne (ung), Sandra Nævdal (ung), Tine Pedersen (jr), Mia Mundal (jr), Edle E. Litland (ung), Tuva Loodtz (jr), Emma Vittring (jr).

Ungdom

- 1) Lea B. Horne tok 4. plass i rykk (85 kg), sølv i støt (113 kg) og sølv sammenlagt (198 kg) på EM U17 i 76 kg klasen.
- 2) Lea B. Horn gjorde den nest beste poengsummen av en ungdom jente noensinne med 238,00 poeng, da hun løftet 87 kg i rykk og 114 kg i støt på EM junior i 76 kg klassen. Det må her fremheves at hun fikk 4. plass i støt. (Poengmessig er hun kun slått av Ronja Lenvik som gjorde 238,71 poeng i 2021).
- 3) Sandra Nævdal gjorde den tredje beste poengsummen for ungdom jenter noensinne med 235,10 poeng, da hun løftet 80 kg i rykk og 91 kg i støt i 59 kg klassen.
- 4) Etter at vi i flere år kun har hatt jenter på EM U15 og EM U17, fikk Rasmus Aune 10. plass i rykk (97 kg), 8. plass i støt (128 kg) og 8. plass sammenlagt (225 kg) i 67 kg klassen på EM U17.

18.4 Rapport fra veteran aktiviteten 2022

Kontaktperson Ingeborg Endresen



19. RAPPORT FRA REGIONENES AKTIVITET 2022

19.1 Nordenfjeldske vektløfterregion

Årsberetning Nordenfjeldske vektløfterregion 2022



Fantastiske Bjørn Lie i støt(et) under en av høstens fellestreninger i Namsos VK

Styret og styrets arbeid

Forrige ting i Nordenfjeldske Vektløfterregion ble avholdt den 08.03.22 på Zoom.

Følgende medlemmer ble da valgt inn i styret for 2022:

Leder: Randi Schei, Hitra Vektløfterklubb

Nestleder: Tryggve Duun, Trondheim Atletklubb

Styremedlem: Audun Reigstad, Nidelv Idrettslag

Styremedlem: Mia Tiller Mjøs, Leangen Atletklubb
Styremedlem: Ida Regine Thorstensen, Nidelv Idrettslag
Varamedlem: Ingvild Bratterud, Tromsø AK
Varamedlem: Mikal Akset, Hitra Vektløfterklubb

I 2022 har Audun Reistad fungert som kasserer. Randi Schei har hatt hovedansvaret for regionens Facebookside, men de andre medlemmene i styret har også postet på denne siden. Regionens Instagramprofil er dessverre lagt i brakk dette året også, men nettsiden vår har fått seg et løft. Mia Tiller Mjøs har fungert som sekretær og hatt ansvaret for regionens hjemmeside.

Siden forrige årsmøte har følgende styremøter har blitt avholdt:

19.01.22 – Teams. På grunn av den geografiske avstanden mellom styremedlemmene har en del mindre saker blitt vedtatt via e-post.

Aktivitet i regionens klubber gjennom året



Mats Hofstad forsetter sin gode fremgang, her under NM-uka i 2022

Aasgard FVK

Skrevet av Kristin Evensen

Vi er per dags dato 56 medlemmer og har mistet noen medlemmer på veien, fra 77 i 2022.

Klubben har også fått helt nytt styre.

I 2022 arrangerte Tromsø Atletklubb og AFFK vektløftestevne, Vi hadde flere som kvalifiserte seg og deltok i NM i Skien. Vi hadde mange utøvere som deltok i Nor3f og Crossfit Open. Vi hadde også 5 utøvere som deltok i styrkeløft i Alta

Og til slutt kjørt vi et klubbmesterskap i funksjonell Fitness med stor oppslutning.

Namsos Vektløfterklubb

Skrevet av Leif Hepsø.

Styret i Namsos Vektløfterklubb har i 2022 bestått av følgende personer:

Leder: Leif Hepsø

Nestleder: Robert Finnanger

Kasserer: Per Olav Meosli

Styremedlem: Bjørn Tore Wiik

Styremedlem: William Wågan

Revisor: Bjørn Lie

Vi har heller ikke i 2022 klart å oppfylle kravet om kvinnelig representasjon i styret, da vi fortsatt ikke har noen kvinnelige medlemmer.

Stevnedeltakelse

Vi hadde dessverre ikke noen deltakere med på Landsdelsmesterskapet som ble arrangert i januar, men på Regionmesterskapet på Hitra i oktober deltok vi med 2 løftere. Det var William Wågan og Leif Hepsø. Der ble det gullmedaljer på begge to. I tillegg arrangerte vi syv seriestevner og to nasjonale stevner i klubbregi, med delvis bra deltakelse

Medlemmer

Vi har hatt en liten økning i medlemstallet i 2022, det har kommet til noen ungdommer og noen som har vært med i klubben for flere år siden, slik at vi ved årsskiftet 2022 – 23 har registrert 21 medlemmer. Det er gledelig. Et lite frafall har det også vært.

Generelt

Vi har i 2022 hatt to treninger i uka, det er det samme som vi har hatt tidligere år. Enkelte kvelder har vi vært opptil 16 stykker på trening, vi håper det vil vedvare.

Trondheim Atletklubb

Skrevet av Tryggve Duun

Trondheim Atletklubb brukte 2022 for å konsolidere status etter to år med korona og lite rekruttering. I løpet av året har klubben holdt to mindre løfterskoler og fått noen nye medlemmer. Utfordringen er, som for mange andre klubber, å få nok frivillige som har tid og mulighet til å legge ned det lille ekstra for å kunne øke aktiviteten. Vi har delvis lykket, og har noen i løpet av 2022 fått noen flere som kan delta på norske mesterskap i 2023 enn det vi hadde i 2021 og 2022. Da går det riktig vei. Vi må også nevne at vi har en liten avdeling i Bodø, med Rune Lind i spissen. De driver godt, og deltar på stevner for Trondheim AK.

I 2022 har styret i Trondheim AK bestått av:

- Tryggve Duun (leder)
- Elisabeth Settem (Nestleder)
- Ketil Wiik Johnsen (Styremedlem)
- Sarah Mari Sande (styremedlem)
- Nina Therese Larsen (styremedlem)
- William Wallestad (styremedlem)
- Lukas Baldauf (styremedlem)
- Morten Krøtøy (Varamedlem)

Klubbens to beste løftere har vært Sol Anette Waaler og Mats Hofstad. Begge er med på NVFs landslag.

Leangen Atletklubb

Skrevet av Hohint Wat

2022 var et veldig bra år for Leangen Atletklubb med mye aktivitet. Vi hadde 5 løftere som løftet på NM og kom hjem med 2 medaljer, dette førte til økt aktivitet på både fellestreninger og stevner ut året. Vi har mottatt forespørsler om å hjelpe flere treningssenter med instruksjon for barn og ungdom som vi har måttet avslå pga. utstyrmangel, men håper på å gjennomføre dette i framtiden. Målet framover er å fortsette veksten vi har hatt til nå og ivareta medlemmene vi har.

Tromsø AK

Skrevet av Ruben Wåge Kristiansen

Vi har hatt et innholdsrikt og godt løfte-år i Tromsø. Klubben har flyttet inn i nye lokaler og har derfor kunne øke antall stevner og fellestreninger. Vi har avholdt 2 faste fellestreninger i uka og har gjennomført klubbstevne ca. annenhver måned i løpet av året. Det er rundt 25 vektløftere i Tromsø atletklubb ved slutten av året. Pga. lokalet vi flyttet inn i i mai har blitt for lite, så er vi i en overgangsfase hvor vi flytter inn i et større og bedre egnet lokalet ved inngangen av det nye året. I den forbindelse har vi et håp om å øke aktiviteten betraktelig.

Vi har også fått kurset 6 nye klubbtrenere som gjør at kapasiteten for fellestreninger og evt. løfte-skoler blir økt. Vi har et vidt spekter av utøvere i alle aldre, men betraktelig færre gutter. Vi håper å kunne rekruttere enda flere i 2023.

Hitra VK

Skrevet av John-Birger Brevik

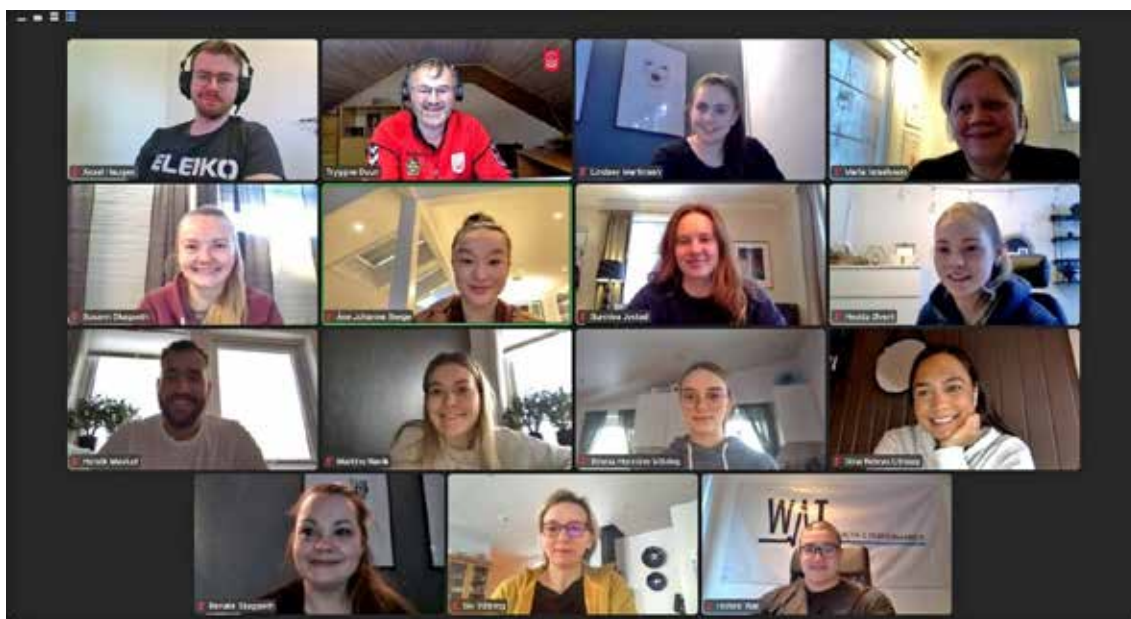
Hitra Vektløfterklubb har hatt veldig stor aktivitet gjennom hele året. Treningslokalet er nå i bruk minst 6 dager i uken, særlig i forhold til at vi nå har fått del utøvere som konkurrer på høyt nivå, både nasjonalt og internasjonalt. I tillegg er det også i løpet av året kommet til en del nye utøvere i alderen 12-14 år. Det er også satt i gang vektløftertrening med en gruppe på 10 utøvere i 10-11 års alderen. Begge disse 2 gruppene får tett oppfølging av trenere.

Det er arrangert 7 seriemesterskap og 2 klubbmesterskap og vi har hatt utøvere med på landelsmesterskap, regionmesterskap samt regionmesterskap 5-kamp. Vi har i tillegg deltatt på NM Senior, NM Junior, NM 5-kamp, NM Ungdom og NM Lag. Det er sterkt fokus på lagseriene og betrakter de som gode parametre for å måle oss mot resten av vektløfter-Norge. For første gang i klubbens historie deltok vi på NM Lag for elite menn. Laget fikk en velfortjent bronsemedalje, noe vi er meget godt fornøyd med.

Vi hadde også 2 deltagere på EM og Nordisk ungdom og junior. Rasmus Hegvik Aune deltok på EM U17, Ronja Lenvik på EM junior. Begge fikk en flott 8 plass. Nordisk gull til Rasmus i 67 kg klassen og gull til Ronja Lenvik i 55 kg klassen

Kursvirksomhet

Det har vært arrangert to digitale dommerkurs. I februar deltok 14 deltagere fra Tromsø AK, Hitra VK, Leangen AK og Trondheim AK. Det er også blitt arrangert et trener 1-kurs.



Med engasjerte Trygve Duun som instruktør blir det utdannet flinke nye dommere i hver sine stuer

Regionens elitestipend.

4 utøvere kvalifiserte seg til stipend

Regionale stevner

Landsdelsmesterskap («LM Nordenfjeldsk»), regionalt mesterskap (RM) i 5-kamp og RM arrangeres hvert år etter turnusordning blant de aktive klubbene.

På landsdelsmesterskapet i januar, arrangert av Nidelv IL, var det hele 54 deltagere med. Dette er stor forbedring fra året før da det var 26 deltagere med.

RM 2022 ble arrangert av Hitra VK. Her var oppslutningen relativt liten, med 27 deltagere mot 42 deltagere fra året før.

RM 5-kamp ble arrangert av Nidelv IL. Her var det 12 deltagere med.

Det ble ikke arrangert Nidelv Cup i 2022.

Internasjonale plasseringer



Sol Anette Waaler gjorde en strålende innsats under EM. Her med landslagstrener Zygmunt Smalcerz og hjelpetrener Malin Alise Forberg

Nordisk mesterskap senior:

Sol Anette Waaler, Trondheim AK, tok en fin 2. plass i -59 kg, og ble 4. beste løfter uansett vekt-klasse.

Nordisk mesterskap ungdom/junior:

Ronja Lenvik, Rasmus Hegvik Aune, Lea Berle Horne og Emma Vittring fikk fine plasseringer under nordisk; Ronja med gull i -55, Rasmus med gull i -67 kg, Lea med gull i -76 kg og Emma med bronse i -71 kg.

EM Junior og U15 og U17:

Lea Berle Horne tok 2. plass i støt og sammenlagt.

Ronja Lenvik og Rasmus Hegvik Aune fikk begge 8 plass sammenlagt.

EM Senior:

I seniorklassen gjorde Sol Anette Waaler en fantastisk innsats under EM i Tirana og endte som 10. beste løfter totalt.

VM Ungdom:

Lea Berle Horne, Tromsø AK, deltok på VM Ungdom i Leon, Mexico. Her gjorde hun det sterkt og endte på 84 kilo i rykk og 107 kilo i støt.

VM Junior:

Mats Hofstad var eneste fra regionen som deltok på VM Junior på Kreta. Her gjorde han det sterkt med 120/150 og ble den 14. beste i sin klasse.

Nasjonale plasseringer:**NM Ungdom:**

Leah Berle Horne, Tromsø AK, vant gull i –76 kg og ble beste løfter totalt. Hedda Øverli vant gull i –81 kg. Rasmus Aune, Hitra VK, vant gull i –73 kg.

NM Junior – Breimsbygda IL:

Åse Johanne Berge, Hitra VK, fikk 2. plass i –59 kg. Emma Vittrig, Tromsø AK, fikk 3. plass i –71 kg. Leah Berle Horne, Tromsø AK, vant klassen sin, 76 kg og ble 2. beste løfter totalt. På herresiden vant Tomack Sand og Rasmus Aune, begge fra Hitra, klassene sine, henholdsvis –61 kg og –67 kg. Mats Hofstad vant overlegent i sin klasse – 73 kg. Ruben Bjerkan, Nidelv IL, fikk 2. plass i –81 kg, mens klubbkameraten Adrian Skauge fikk 3. plass i klasse –89 kg.

NM Senior – NM-veka Skien 2022:

Ronja Lenvik, Hitra VK, fikk 3. plass i –55 kg. Sol Anette Waaler, Trondheim AK, fikk 2. plass i –59 kg. I –64 fikk Celine Dorothea Opdal, LEangen AK, 3 plass. Lea Berle Horne, Tromsø AK, vant suverent i –76 kg. På herresiden vant Rasmus Heggvik Aune, Hitra VK, 1. plass i –67 kg, mens Stefan Bender, Nidelv IV, fikk 3. plass. Mats Hofstad, Trondheim AK, var suveren og vant klassen sin –81 kg. I –96 kg fikk Thomas Malmo, Leangen AK, 2. plass.

NM Veteran – Kvadraturen IK:

Tromsø AK stilte sterkt og tok med seg fire 1. plasser hjem; Eva Bjørkeng i K4 –59 kg, Maria Israelsson i K3 –81 kg, Ingvild Bratterud i K3 –55 kg og Ragnhild Størseth i K1 –87 kg. Line Giertsen, Trondheim AK, tok gull i K2 –64 kg. På herresiden vant Kåre Sagmyr klasse M9 – 73 kg.

NM 5-kamp:

Ronja Lenvik, Hitra VK, fikk 2. plass i JK 17-18 med resultatet 75/92.

NM lag:

Hitra VK fikk 3. plass i herreklassen under NM lag.

NVFs lagserie:

I 1. divisjon menn tok Nidelv IL 2. plassen, mens de i 1. divisjon kvinner tok 3. plass. Hitra VK tok 2. plass i junior menn, her ble Nidelv ILs lag nr 3. Ungdomslaget fra Hitra VK tok også 2. plass. I veteranserien tok Namsos VK 1. lag 2. plass, mens Namsos VK 2. lag tok 2. plass i 1. divisjon. Trondheim AKs kvinnelag tok 3. plass.

Andre nasjonale og internasjonale begivenheter

Rasmus Aune, Hitra VK, satt nordisk ungdomsrekord i støt med 137 kilo ved julestevnet på Hitra. **Mats Hofstad, Trondheim Atletklubb** fikk Trondheim kommunes Idrettstipend for 2022. Stipendet er på 50.000, og er velfortjent for Mats sine fremadstormende resultater i året som har gått. Han har også tatt både norske og nordiske rekorder i løpet av 2022.

Regionrekorder 2022

Regionrekorder (tidligere kretsrekorder) har vært ført av Trond Kvilhaug i flere år og er oppdatert pr. 31.12.22 i alle klasser som NVF registrerer norske rekorder. Ettersom de nye klassene ble innført i 2018 er rekordene blitt oppdatert løpende etter disse. Oppdaterte regionrekorder finner du på hjemmesiden vår, www.vektloftingnord.no.

Sluttord

Etter to år hvor Korona har preget treningshverdagen og livene våre ellers, ble 2022 året der vi endelig kunne møtes på stevner og fellestreninger igjen. Det er fantastisk å være tilbake i en treningshverdag hvor vi kan heie på hverandre og løfte på plutting sammen igjen! Vi gleder oss over at klubbmiljøene endelig er tilbake, og håper at 2023 blir et godt år for regionen. Mest spennende blir det kanskje å følge våre unge og lovende utøvere på veien deres mot nasjonale og internasjonale plasseringer. Regionen takker for året som er gått og ønsker alt godt for 2023!

19.2 Nord-Vestlandet vektløfterregion

Årsoppsummering 2022 frå region Nord-Vestlandet:
Skrevet av Ola Bergheim



Nord-Vestlandet valde å forlenge funksjonstida til styret som vart vald i 2021. I 2021 lukkast det ikkje å få representantar med i styret frå Bjørgvin, kun frå klubbane nord for Sognefjorden. Eit problem med lange avstandar for regionsarbeidet, men vi reknar med at slutten på koronatida vil gjere det noko betre i 2023.

Dei 3 større laga Bjørgvin, Tambarskjelvar og Breimbygda har kome seg bra gjennom koronaåra. Bryggen i Bergen er kome til som nytt lag. Men problemet har vore å oppretthalde aktiviteten i dei mindre laga i regionen. Den største utfordringa komande året ligg i å få reise ut til lag og skular og drive informasjon og nyrekruttering, få i gang att lag med liten aktivitet og skipe nye.

Dei tre store klubbane har mange landslagsutøvarar og har alle vore vertskap for landslagssamlingar.

Dei har og trenar som er med på landslagsarbeidet i ulike funksjonar. Landslagssamlingane har dekkja noko av behovet for regionnssamlingar. Regionsamlingar for yngre var svært vellukka før koronaepidemien, og vil vere viktige som del av rekrutteringsarbeidet vidare.

Spesielt mykje samlingsaktivitet for Tambarskjevar i og med at landslagstrenar har hatt base i Naustdal.

RM-5 kamp vart avvikla med eitt stemne nord for Sognefjorden – Byrkjelo/Breimsbygda - og eitt i Bergen/Bjørgvin med samanslegne resultatlistar.

RM 2-kamp i oktober i Bergen var første stemnet der regionen sine deltakarar igjen konkurrerte på same stad.

Breimsbygda arrangerte NM junior i Trivselshallen på Sandane i april. Det var også 50-år jubileumsstemne for Breimsbygda. Dei første deltakarane for den gongen Indre Breim IL deltok på stemne i februar 1972.

Mange regionsutøvarane har vore på landslag og deltatt på Nordisk-EM og VM både i ungdom, junior og U23. Bjørgvin har også internasjonalt aktive veteranløftarar.

For mange har deltatt internasjonalt til at vi nemner dei her. Fleire har også sett norske og nordiske rekordar.

Det vart i 2022 avvikla både dommarkurs – og trenar 1-kurs i Bergen. I tillegg vart de for første gong arrangert trenar 1 som del av landslagssamlingane for ungdom. Generell del vart gjennomført ved deling på to landslagssamlingar, i Bergen i februar og påskesamling på Sandane etter NM junior.

Gode erfaringar med dette – 8 på ungdomslandslaget gjennomførte og er gode trenareme. VM 2025 vil legge beslag på mykje ressursar – men opnar også store mulegheiter.



19.3 Sør-Vestlandet vektløfterregion

Leder Hans Bjørnar Hagenes

Styrets beretning

Styret har bestått av:

Leder: Hans Bjørnar Hagenes – Vigrestad IK
Nestleder: Bernt Petter Andersen – Stavanger VK
Styremedlem: Tor Steinar Herikstad – Vigrestad IK
Styremedlem: Christine Våge – Tysvær VK
Styremedlem: Siv Helene Haaland – Tysvær VK
Varamedlem: Thomas Eide – Kvadarturen IK

Kontrollutvalg:

Torbjørn Ødegård Vigrestad IK, Anna Tumova Stavanger VK
Vara: Jan Sturle Andersen Stavanger VK

Valgkomite:

Eskil Engelsgjerd Andersen, Nancy Kvadsheim.

Regionstrener:

2 stykker invitert til første samling i 2022 for vurdering, ingen formelt engasjert.

Møter:

Styret har vert jevnlig kontakt på epost, telefon og uoffisielle møter under stevner der noen av medlemmene har vert til stede. Ingen fysiske møter i 2022.

Økonomi:

Regionen hadde et årsresultat på kr. 47 245,16 i overskudd.

Dommer:

Regionen har ikke offisielt utnevnt dommere til stevner som føringer fra NVF tilsier.

Terminliste:

Regionen har koordinert terminliste og aktivitetsplan for 2023 før den ble sent til NVF.

Treningssamlinger:

Ingen samlinger i 2022

Kurs:

Tor Steinar Herikstad er dommer instruktør og Dag Rønnevik for trener I kurs, ingen gjennomført i 2022.

Generelt:

NVF og regionene er i samtale om en overordna beskrivelse av regionens oppgave som skal inn loven.

NM masters ble arrangert i Kristiansand, RM i Stavanger, regionen sponsa litt premier og stilte med teknisk utstyr.

19.4 Telemark-Vestfold vektløfterregion

Årsrapport fra Vestfold og Telemark Vektløfterregion
Skrevet av Jostein Frøyd



Klubber: Tønsberg Kameratene, Larvik Atletklubb, Grenland Atletklubb, Rjukan Idrettslag.
De 3 første er aktive klubber med ganske god aktivitet.

Regionen hadde sitt årsmøte 31.3.2022 i Stavern, møtet var som vanlig et hyggelig møte og med god deltakelse fra våre 3 aktive klubber.

Valget gav dette resultatet.

Leder: Jostein Frøyd LAK gjenvalg

Nestleder: Daniel Solberg TK ny

Kasserer: Rebekka Tao Jacobsen LAK gjenvalg

Sekretær: Lars Hage GAK ny

1 Styremedlem: Tom Danielsen LAK ny

1 varamedlem: Terje Gulvik LAK gjenvalg

2 varamedlem: Isabell Thorvik TK gjenvalg

Kontrollutvalg: Kolbjørn Bjerkholt LAK gjenvalg

Trond Berkholt LAK gjenvalg

Varamedlem: Leonard Sepehri TK ny

Valgkomite: Jan Robert Solli TK

Bjørnar Olsen GAK

I året 2022 hadde vi 2 store arrangementer i regionen, NM veka i Skien, som ble et stort og bra arrangement sportslig. Det var ikke et lett arrangement å arrangere og planlegge. NM 5 kamp var også i vår region, med det 7. NM 5 kamp i Stavern siden 2014.

RM ble arrangert i Tønsberg og RM 5 kamp ble arrangert i Stavern.

Aktivitet:

VM senior: Kim Eirik Tollefsen, Tønsberg løftet 163-200, 19 plass i 109+
EM senior: Kim Eirik Tollefsen, Tønsberg løftet 160-195, 11 plass i 109+
EM senior: Rebekka Tao Jacobsen, Larvik løftet 77-99, 11 plass i 55 klassen
Nordisk senior: Rebekka Tao Jacobsen, Larvik ble nordisk mester i 55 kg klassen med 78-102.
Nordisk ungdom: William A. Christiansen, Larvik ble nr 2 med 100-126 i 89 kg klassen.
Nordisk ungdom: Linn Christina Larssen, Larvik ble nr 3 med 63-82 i 76 kg klassen
Nordisk junior: Mia Mundal, Tønsberg ble nr 3 med 75-102 i 76 kg klassen
EM veteran: Kolbjørn Bjerkholt, Larvik ble Europamester i M75 109 kg klassen med 55-70
EM veteran: Terje Gulvik, Larvik ble nr 3 i M60 81 kg klassen med 75-97

Kim Eirik Tollefsen og Rebekka Tao Jacobsen ble også Franske seriemestere i 2022, begge løftet for VGA st Maur i Paris.

Grenland ble beste lag på NM veteran.

Samlinger: Det ble arrangert en regions samling i Tønsberg og en i Stavern i 2022, Jostein Frøyd var trener på disse samlingene.

Kurs: Vi hadde besøk av Antidoping Norge på samlingen i Tønsberg i mars, god deltakelse fra regionens unge løftere.

2022 ble et år hvor vi nærmet oss aktivitetene vi hadde før Covid kom, det er godt å se at det igjen går å møtes og arrangere som normalt.

19.5 Østlandet vektløfterregion**ÅRSBERETNING 2022**

Skrevet av Janicke Walle Jensen

Årsberetningen skal gi et bilde av aktiviteten i regionen. Styrets arbeid og eventuelle undergruppers aktivitet. Sammen med regnskapet skal årsberetningen gi et godt bilde på aktivitet og økonomisk status i regionen.

STYRET ØSTLANDET VEKTLØFTERREGION

Styret ble gjenvalgt på tinget 2022 for perioden 2022 - 2023.

Leder: Nicolai Roness, Gjøvik AK

Nestleder/kommunikasjon: Janicke Walle Jensen, Oslo Atletklubb

Styremedlem/utdanning: Asta Rønning Fjærli, Oslo Atletklubb

Styremedlem/dommerkurs: Christian Lysenstøen, Spydeberg Atletklubb

VALGKOMITE

Leder: Louisa Hjelmås, Gjøvik AK

Medlem: Tor Kristoffer Klethagen, Gjøvik AK

Varamedlem: Fredrik Kvist Gyllensten, Christiania AK

KONTROLLUTVALG

Leder: Hilde Næss, Lørenskog AK

Medlem: Gerrit Judith, Christiania AK

Varamedlem: Susanne Leer, Oslo AK

STYREMØTER

Det ble avholdt tre styremøter og ett ekstraordinært styremøte i 2022. Referat fra disse finner du her.

AKTIVITET

Ettersom korona - restriksjoner slapp opp mer i løpet av jan/feb 2022, har året vært preget av mye aktivitet for klubbene og utøverne i regionen, herunder regionssamlinger, dommerkurs, trener-1 kurs, introkurs til vektløfting, mange stevner og større mesterskap.

REGIONSSAMLINGER

I 2022 ble det bestemt at vi ønsket å øke fokuset når det gjaldt å arrangere regionssamlinger.

I løpet av året ble det avholdt totalt åtte samlinger med våre regionstrenere Fredrik Kvist Gyllensten, Egon - Vee Haugen og Mauricio Kjeldner.

Det har stort sett vært fulle samlinger og ved noen tilfeller venteliste. Totalt 106 utøvere, flere av dem gjengangere, har vært med på samling i 2022. Det vi ser også at flere av de påmeldte er nykommere til regionen, og er relativt nye til idretten. Dette er veldig gøy.

Vi praktiserer førstemann til mølla hva gjelder påmeldinger, men prioriterer i følgende rekkefølge: junior, ungdom, regionslag senior, senior og veteran.

Det har vært god geografisk variasjon over hvor regionssamlingene har blitt avholdt.

Følgende samlinger har blitt avholdt.

- 12. februar NAJS / Oslo Atletklubb Oslo
- 16. april Magnat Performance Center Oslo
- 4. juni Christiania Atletklubb Oslo
- 2. juli Christiania Atletklubb Oslo
- 3. september Gym Thonerud Spydeberg
- 1. oktober T & IL National
- 29. oktober Magnat Performance Center Oslo
- 3. desember Christiania Atletklubb Oslo

Vi har operert med direkte påmelding via eget skjema for utøverne, som har blitt distribuert i våre kanaler; FB, IG og hjemmeside.

Vi har forespurt klubbene om de i 2023 ønsker at påmeldinger skal gå direkte via klubb slik at klubbene har noe mer oversikt over hvilke utøvere som er med på samling. Dette basert på f.eks basert på nivå, ambisjoner, planlagte mesterskap, skader og andre grunner.

DOMMERKURS

Det ble avholdt tre dommerkurs i 2022.

Dommerinstruktører er Christian Lysenstøen og Nicolai Roness.

- 12 - 13 februar Elverum Atletklubb
- 30. - 31. juli Oslo Ullevål stadion
- 24. - 25. september Spydeberg Atletklubb

Totalt ble det utdannet 19 nye dommere, noe vi er veldig glad for. De nye dommerne representerer Christiania Atletklubb, Oslo Atletklubb, Spydeberg Atletene og Elverum Atletklubb.

TRENERKURS

i 2022 avholdt vi ett Trener - 1 kurs. Vi planla to, men det ene ble avlyst.

- 12. - 13. november & 3. - 4. desember Storhamar FF&AK Roger Myrholt
Roger tilhører Vestfold og Telemark vektløfterregion, men tok på seg et oppdrag for oss da Egon Vee-Haugen går ut av sin posisjon som trenerinstruktør. Roger er kunnskapsrik og delaktig i utvikling av det nye treneropplegget til NVF. Totalt fire deltakere på kurset hos Storhamar FF&AK.

PILOTPROSJEKT: INTROKURS HOS FORSVARET

På vårparten 2022 ble det satt i gang et pilotprosjekt med Norges

Vektløfterforbund og Christiania Atletklubb, med mål om å lage et godt "introkurs til vektløfting", som kan arrangeres flere ganger i året for folk som har lyst til å bli bedre kjent med idretten.

Piloten ble gjort hos Forsvaret på Linderud. Trenere for de to separate kursdagene var regionstrenere Egon Vee-Haugen og Mauricio Kjeldner. Ina - Kristin Aasvang som jobber for forsvaret og løfter for Christiania AK var også med å planlegge samlingene og sørget for påmeldinger.

Styret bidro både med kommunikasjon mellom Rebekka i NVF, regionstrenere og Ina-Kristin Aasvang for å få gjennomført piloten. Vi bidro også med kommunikasjon; plakater som ble hengt opp hos Forsvaret på Linderud.

Referat fra kurset kan leses her.

MESTERSKAP I REGIONEN

Følgende mesterskap ble avholdt i regionen i løpet av året.

- Østlandsmesterskap 21. - 22. januar Arrangør: Spydeberg Atletene
- Regionsmesterskap 15. - 16. oktober Arrangør: Christiania Atletklubb
- NM Lagfinale senior 10. desember Arrangør: Spydeberg Atletene

I tillegg til dette har det vært arrangert godt med klubbstevner i regionen.

KOMMUNIKASJON OG BILDER

Det har blitt gjort mye kommunikasjonsarbeid også i 2022, i alle ØVR sine kanaler; Facebook gruppe, Instagram og hjemmesiden vår. Vi fokuserer mer og mer på kommunikasjon, sosiale medier og bilder for å fronte idretten så godt vi kan. Vi forsøker å få ut informasjon ifm aktivitet; samlinger, kurs og stevner/mesterskap i god tid, samt dele innlegg utøverne i regioner legger ut, det være seg fra trening eller stevner.

- Facebook gruppe
- Instagram
- Hjemmeside

I løpet av 2022 har vi økt følgerskaren i sosiale medier med hhv 12 % (FB) og 14 % (IG) i tillegg til bred rekkevidde på annonsering NM - veka med totalt 63 400 seere.

Østlandsmesterskapet i januar 2022 i Spydeberghallen var et vellykket ØM, som alltid. Her ble det kjøpt ut bilder av samtlige utøvere.

Regionssamling 12. februar hos NAJS | Oslo Atletklubb. Her ble det kjøpt ut bilder.

Bildene finner dere på våre hjemmesider

ANNONSERING FOR NM - VEKA I SKIEN JUNI 2022

I forbindelse med NM veka i Skien juni 2022, ønsket vi å bidra med annonsering i sosiale medier.

Dette spesielt mtp at én av puljene skulle vises live på NRK1, en god mulighet til å promotere vektløfting bredt ut til folket. Vi kjørte to ulike bilder med samme budskap og annonserte dette på tvers av både Facebook og Instagram. I tillegg la vi ut organiske poster på instagram story i ukene før NM, mtp informasjon til utøverne i regionen.

Kort oppsummering:

- Annonnene gikk fra 14. til 23. juni.
- Totalbudsjett på NOK 5.396,-
- Annonnene hadde en rekkevidde på 63.400 seere
- 898 lenkeklikk, 442 likes, 8 kommentarer og 22 delinger av annonsen
- Annonnene traff flest innen alderssegmentet 25 - 64 år (flest menn)
- Annonnene traff flest via Facebook
- Totalt 17 ulike annonseplasseringer på tvers av FB og IG.

Vi opplevde med det stor rekkevidde av kampanjen, og mener det bidro direkte til et bredere publikum hos NVF sin livestream fra NM, og forhåpentligvis hos NRK1.

Full rapport over kampanjeresultater kan leses her.

Ifm at fotograf Janicke Walle Jensen ikke kunne stille på vegne av ØVR på NM Veka, kjøpte vi ut bilder fra Kvadtraning v/Nicholas Van Eck.

NYE KLUBBER

I løpet av 2022 har vi fått to nye klubber i regionen;

1. Ringsaker Function Fitness & Atletklubb
2. Storhamar Functional Fitness & Atletklubb

Christiania Atletklubb har også flyttet inn i nye lokaler, etter å ha vært ren lisens klubb i noen år. De er nå en del av Crossfit Groruddalen, og har fått mange nye utøvere med i klubben i løpet av 2022. Per 2022 er det totalt 14 klubber tilknyttet Østlandet vektløfterregion. Det er vi meget fornøyd med.

ANNET

Som et ledd i satsingen på vektløfting i Oslo har regionen gått til innkjøp av konkurranseutstyr fra Eleiko. Vi kjøpte inn Eleiko-stenger og skiver som oppbevares hos Christiania Atletklubb. Dette gjengjeldes av CAK ved at de holder mesterskap der det er nødvendig. Total kostnad på kjøpet er ca 85.000,-.

REGIONSLAGET

For 2022 er følgende utøvere tatt ut på regionslaget. Uttaket ble tatt etter NM Veka 2022 og gjelder fram til NM 2023. Utøvere med best sinclair på et mesterskap* siste 12. md. inviteres til å være med. Sinclair for utøvere under 18 deles på en faktor på 0,8, før de sammenlignes med seniorløftere. Utøvere mellom 18-20 deles på en faktor på 0,9. For sesongen 2023-2024 vil plukkes ut etter NM Senior 4-5. mars.

I 2022 ble det avholdt to samlinger kun for regionslaget. Flere blir det i 2023.

Herrer

Daniel Roness, Spydeberg Atletene
Reza Benorouz, Spydeberg Atletene
Jørgen Kjellevand, Spydeberg Atletene
Jonas Grønstad, Spydeberg Atletene
Christian Karrestad, Spydeberg Atletene
Håkon Bekkevold, Elverum Atletklubb

Kvinner

Melissa Schanche, Spydeberg Atletene
Tinna Ringsaker, Spydeberg Atletene
Oda Wiig, Spydeberg Atletene
Celine Mariell Båtnes, Spydeberg Atletene
Louisa Hjelmås, Gjøvik Atletklubb
Ragnhild Haug Lillegård, Oslo Atletklubb

RESULTATER FRA 2022

NORDISK SENIOR

Melissa Schanche fra Spydeberg Atletene deltok på Nordisk i oktober 2022. Hun tok en fjerdeplass med 83 / 86 kg.

NORDISK UNGDOM ISLAND

55 Emil Sveum Gjøvik Atletklubb Gull 75 / 93

Fikk NVF's gullmerke.

MM SENIOR NM VEKA SKIEN

Norske rekorder: Mari Bolstad

49 Mari Bolstad, Christiania Atletklubb Gull 56 / 72
59 Ragnhild Haug Lillegård, Oslo Atletklubb Bronse 73 / 90
64 Celine Mariell Båtnes, Spydeberg Atletene Sølv 70 / 90
76 Tinne Ringsaker, Spydeberg Atletene Sølv 84 / 105

67 Mauricio Kjeldner, Christiania Atletklubb Sølv 93 / 116
73 Jonas Grønstad, Spydeberg Atletene Sølv 99 / 117
81 Håkon Bekkevold, Elverum Atletklubb Bronse 116 / 145
89 Reza Benorouz, Spydeberg Atletene Gull 126 / 151

NM VETERAN 14. MAI | IDDA ARENA

55 Kine Krøs, Spydeberg Atletene Gull 57 / 74
59 Nicole Aßmann, Oslo Atletklubb Sølv 51 / 64
71 Aurora Foss, Oslo Atletklubb Gull 41 / 59
76 Satu Vänskä Westgarth, Elverum Atletklubb Gull 35 / 55
81 Hege Normann, Elverum Atletklubb Sølv 35 / 45

81 M2 Robert Grønland, Elverum Atletklubb Gull 79 / 110
81 M1 Kristoffer Thonerud, Spydeberg Atletene Gull 70 / 98
96 Johan Thonerud, Spydeberg Atletene Gull 68 / 83
102 Cornelius Wiedwang, Oslo Atletklubb Sølv 60 / 80
102 Pål Andersen, Oslo Atletklubb Gull 55 / 65
109 Alexander Bahmanyar, Spydeberg Atletene Gull 96 / 133

NM UNGDOM 5. NOVEMBER | VIGRESTADHALLEN

61 Emil Sveum, Gjøvik Atletklubb Gull 75 / 90
102 Benjamin Aarvold, Gjøvik Atletklubb Gull 50 / 65

NM JUNIOR 9 APRIL TRIVSELSHALLEN

76 Louise Hjelmås, Gjøvik Atletklubb Bronse 70 / 80

Norske rekorder: Emil Sveum med fem rekorder i - 55 kg klassen.

55 Emil Viktor Sveum, Gjøvik Atletklubb Gull 70 / 85
89 Christian Karrestad, Spydeberg Atletene Gull 100 / 126
96 Knut Henning Bjerring Strand, T & IL National Sølv 92 / 106

NM 5 - KAMP LAGFINALE 10.12.22 | SPYDEBERGHALLEN

KVINNER

2. plass - Spydeberg Atletene -	879 poeng
Melissa Schanche	233,63 poeng
Tinna Ringsaker	231,53 poeng
Celine Mariell	214,42 poeng
Kine Krøs	190,37 poeng
Ane Westrheim	199,50 poeng

HERRER

2. plass - Spydeberg Atletene -	1264,84 poeng
Daniel Roness-	335,06 poeng
Reza Benourouz	320,98 poeng
Jonas Nord	282,58 poeng
Jørgen Kjellevand	321,12 poeng
Jonas Grønstad	287,68 poeng

For første gang i klubbens historie stilte Oslo Atletklubb med et damelag. De tok en fjerde plass.

VM MASTERS | FLORIDA, USA

67 Mauricio Kjeldner, Christiania Atletklubb Bronse 95/115
Tinna Ringsaker fra Spydeberg Atletene deltok på VM U23 i Albania i oktober 2022.

Daniel Roness fra Spydeberg Atletene deltok på EM 2022 i Tirana i juni 2022. Han tok en sammenlagt 12. plass i - 73 kg klassen.

Vi gratulerer alle med solide resultater, i år igjen.



20. UTDANNING 2022

NIFs klubbveilederkurs

Deltaker NVFs utviklingsansvarlig Rebekka Helen Fremstad

NIFs grunnkurs for trenerutviklere:

Deltaker Jan Egil Trøan - Ronny Fevaag

Topptrener II Olympiatoppen-NTNU

Deltaker: President Stian Grimseth.

Dommerkurs:

Onlinekurs 12.02.2022.

Instruktør Tryggve Duun.

Nordenfjeldske VR

Wat	Hohint Yousif	Leangen Atletklubb	F
Haugen	Aksel	Leangen Atletklubb	F
Uthaug	Gina Relevo	Tromsø Atletklubb	F
Røvik	Martine Jensdatter	Tromsø Atletklubb	F
Skagseth	Renate	Tromsø Atletklubb	F
Israelsson	Maria	Tromsø Atletklubb	F
Vittring	Emma Hermine Nilsen	Tromsø Atletklubb	F
Øverli	Hedda	Tromsø Atletklubb	F
Skagseth	Susann	Tromsø Atletklubb	F
Berge	Åse Johanne	Hitra Vektløfterklubb	F
Martinsen	Lindsey Leigh Beecher	Tromsø Atletklubb	F
Jystad	Sunniva Sjøfjell	Trondheim Atletklubb	F
Mavlud	Henrik Håkar	Tromsø Atletklubb	F
Vittring	Siv Nilsen	Tromsø Atletklubb	F

Dommerkurs – 13.02.2022 Østlandet vektløfterregion

Instruktør: Christian Lysenstøen

Sletne	Thomas	Spydeberg Atletene	F
Sigurd	Waasa	Elverum AK	R
Knutsen	Linn	Elverum AK	F
Jeanette	Myrvold	Elverum AK	F
Tronsgård	Tove	Elverum AK	R

Dommerkurs – 07.07.2022

Onlinekurs Instruktør Tryggve Duun.

Nordenfjeldske VR

Naavik	Andreas	Leangen AK	F
Dreier	Ragnar	Nidelv IL	F
Walseth Alvsåker	Marte	Nidelv IL	F
Rosmæl Skauge	Adrian	Nidelv IL	F
Vikhals Bjerkkan	Ruben	Nidelv IL	F

Davidsen	Vilde	Nidelv IL	F
Bogen Simonsen	Julie	Trondheim AK	F
Pettersen	Hanne	Aasgard FVK	F
Kroken	Øystein	Aasgard FVK	F
Løkken	Per Ivar	Lørenskog AK	F

Dommerkurs – 30 – 31 juli 2022 Østlandet vektløfterregion

Instruktør: Nicolai Roness.

Fjell	Tuva	Christiania Atletklubb	R
Gyllensten	Fredrik Kvist	Christiania Atletklubb	F
Nymoen Lund	Magnus	Christiania Atletklubb	F
Pedersen	Camilla	Christiania Atletklubb	F
Caspersen	Liv Kvaale	Christiania Atletklubb	F
Kolvig	Kamilla	Christiania Atletklubb	F
Foss	Aurora	Oslo Atletklubb	F
Røsjø Johanssen	Linnea	Spydeberg Atletene	F

Dommerkurs AK Bjørgvin 10-11 september 2022

Instruktør Ingeborg Endresen

Marthinussen	Karl	AK Bjørgvin	F
Bergum	Venke	AK Bjørgvin	F
Hauge	Gard	Bryggen Atletklubb	F
Loodtz	Danckert	AK Bjørgvin	F
Bruås-Heum	Camilla	Bryggen Atletklubb	F
Epland Henneli	Adrian	AK Bjørgvin	F
Nævdal	Sandra	AK Bjørgvin	F
Pedersen	Tine R.	Tambarskjelvar IL	F
Amundsen	Malin Elinora Nilsen	AK Bjørgvin	F
Heggvik Aune	Rasmus	Hitra Vektløfterklubb	F

Dommerkurs 25 september 2022 Østlandet vektløfterregion

Instruktør Christian Lysenstøen

Ringsaker	Tinna Henriette	Spydeberg Atletene	F
Matsson	Maren Elise Frølandshagen	Spydeberg Atletene	R
Erikson	Eva Kristin	Spydeberg Atletene	F
Schanche	Melissa	Spydeberg Atletene	F

NVF kurs 2022 registrert i NIFs Idrettskurs.no

03.12.2022	Vektløfting - Trener I, del 3. Idrettsaktiviteter/Vektløfting	Østlandet Vektløfterregion Hamar	02.11.2022
12.11.2022	Vektløfting - Trener I, del 2. Idrettsaktiviteter/Vektløfting	Østlandet Vektløfterregion Hamar	02.11.2022
24.10.2022	Teknikk-kurs i olympisk vektløfting. Idrettsaktiviteter/Vektløfting	NVF Bodø	08.11.2022
24.09.2022	Vektløfting - Trener I, del 3. Idrettsaktiviteter/Vektløfting	Nordenfjeldske VR Tromsø	23.08.2022
24.09.2022	Vektløfting - Dommerkurs. Idrettsaktiviteter/Vektløfting	Østlandet Vektløfterregion Sarpsborg	29.08.2022
10.09.2022	Vektløfting - Dommerkurs. Idrettsaktiviteter/Vektløfting	AK Bjørgvin Bergen	08.08.2022
10.09.2022	Vektløfting - Trener I, del 2. Idrettsaktiviteter/Vektløfting	Nordenfjeldske VR Tromsø	23.08.2022
30.07.2022	Vektløfting - Dommerkurs. Idrettsaktiviteter/Vektløfting	Østlandet Vektløfterregion Oslo	11.07.2022
27.06.2022	Vektløfting - Dommerkurs. Idrettsaktiviteter/Vektløfting	Nordenfjeldske VR Trondheim	20.06.2022
17.06.2022	Vektløfting - Trener I, del 3. Idrettsaktiviteter/Vektløfting	Nord-Vestlandet VR Bergen	03.01.2023
23.04.2022	Trener II - vektløfting - del 3 (helg 2). Idrettsaktiviteter/Vektløfting,	NVF Oslo	06.12.2022
12.04.2022	Vektløfting - Trener I, del 3. Idrettsaktiviteter/Vektløfting	Nord-Vestlandet VR Bergen	16.01.2023
01.04.2022	Teknikk-kurs i olympisk vektløfting. Idrettsaktiviteter/Vektløfting	Østlandet VR Oslo	08.2022
25.02.2022	Vektløfting - Trener I, del 2. Idrettsaktiviteter/Vektløfting	Nord-Vestlandet VR Bergen	29.01.2022
25.02.2022	Vektløfting - Trener I, del 2. Idrettsaktiviteter/Vektløfting	Nord-Vestlandet VR Bergen	16.01.2023
12.02.2022	Vektløfting - Dommerkurs. Idrettsaktiviteter/Vektløfting	Østlandet Vektløfterregion Elverum	19.01.2022
12.02.2022	Vektløfting - Dommerkurs. Idrettsaktiviteter/Vektløfting	Nordenfjeldske VR Trondheim	30.01.2022
15.01.2022	Trener II - vektløfting - del 3 (helg 1). Idrettsaktiviteter/Vektløfting	NVF Oslo	06.12.2022

21. Dommere

Med 21.1 internasjonal lisens:

Tryggve Duun	Trondheim AK	TO I
Larisa Izumrudova	Vigrestad IK	TO I
Trond Kvilhaug	Nidelv IL	TO I
Hilde Næss	Lørenskog AK	TO II
Kira Ingelsrudøyen	Larvik AK	TO II
Arne Grostad	Nidelv IL	TO II
Jan Nystrøm	Trondheim AK	TO II
Steinar Kvame	Tambarskjelvar IL	TO II
Tor Steinar Herikstad	Vigrestad IK	TO II
Stian Grimseth	Tambarskjelvar IL	TO II
Ingeborg Endresen	AK Bjørgvin	TO II
Christian Lysenstøen	Spydeberg Atletene	TO II
Dag Rønnevik	Tysvær VK	TO II

21.2 Uten internasjonal lisens:

Sigvald Monsen	Stavanger VK	TO II
Ole Jacob Aas	T&IL National	TO II
Johnny Sandvik	AK Bjørgvin	TO II
Reidar C. Johnsen	AK Bjørgvin	TO I
Per Marstad	Tønsberg-Kameratene	TO I
Gunnar Reiakvam	Tambarskjelvar IL	TO II
Johanna Wåsjø	Oslo AK	TO II
Svein Skeiseid	Haugesund Vektløfterklubb	TO II
Tore Bjørnsen	Stavanger Vektløfterklubb	TO II
Torstein Gjervan	Trondheim AK	TO II

21.3 Dommerinstruktører.

Sør-Vestlandet VR	Tor Steinar Herikstad
Nord-Vestlandet VR	Yngve Apneseth
Østlandet VR	Christian Lysenstøen, Nicolai Roness
Telemark-Vestfold VR	
Nordenfjeldske VR	Tryggve Duun

21.4 Dommere med inntil 10 dømte stevner i 2022

Fullstendig liste ligger i NVF s nettside.

	Etternavn	Fornavn	Klubb	Grad	2018	2019	2020	2021	2022
1	Duun	Tryggve	Trondheim AK	Int. I	19	19	27	11	29
2	Thonerud	Johan	Spydeberg AT	F	30	23	23	27	24
3	Olsen	Bjørn Thore	Spydeberg AT	F	14	26	16	8	23
4	Endresen	Ingeborg	AK Bjørgvin	F	*	5	13	14	18
5	Lysenstøen	Christian	Spydeberg AT	F	21	22	16	18	18
6	Kvilhaug	Trond	Nidelv IL	Int. I	19	18	13	9	14
7	Gulvik	Terje	Larvik AK	F	5	6	2	7	13
8	Herikstad	Tor Steinar	Vigrestad IK	Int II	14	14	11	8	13
9	Marstad	Per	Tønsberg-Kam.	Int. I	16	12	12	13	12
10	Stavnheim	Jonas	Vigrestad IK	F	9	5	5	4	12
11	Aune	Roar	Hitra VK	F	4	6	4	6	10
12	Brevik	John Birger	Hitra VK	R	10	8	5	8	10
13	Schei	Randi	Hitra VK	F	4	7	12	10	10
14	Ødegård	Torbjørn	Vigrestad IK	F	3	6	5	7	10
15	Aas	Ole Martin	T&IL National	R	15	16	8	3	10
16	Aas	Steinar A.	T&IL National	F	12	5	7	6	10

21.5 Mistet dommerkortet i 2022:

Forbundsdommere som ikke har vært aktive, dvs. har dømt, vært sekretær 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 regiondommergraden. Jfr. Tingvedtak 2003

Mistet dommergrad 2022:

Klethagen	Pål Kristian	Gjøvik AK	R	0	0	0	0	0
Sivertsen	Tor Eric	Gjøvik AK	R	0	0	0	0	0
Ramstad	Celina	Haugesund VK	R	0	0	0	0	0
Johnsen	Roger	Hitra VK	R	0	0	0	0	0
Haranes	Johan Martin	Hitra VK	R	0	0	0	0	0
Farmen	Sebastian	Larvik AK	R	0	0	0	0	0
Sørensen	Elias Brattli	Nidelv IL	R	0	0	0	0	0
Sørå	Jim Andre	Nidelv IL	R	0	0	0	0	0
Krokstad	Hege	Nidelv IL	R	0	0	0	0	0
Wåsjø	Johanna	Oslo AK	Int II	0	0	0	0	0
Nystad	Eskil	Tromsø AK	R	0	0	0	0	0

Halvorsen	Arthur Mjelde	Tromsø AK	R	0	0	0	0	0
Hansen	Ingelin	Spydeberg AT	R	0	0	0	0	0
Skretting	Marta Josefine	Vigrestad IK	R	0	0	0	0	0
Vigrestad	Jone	Vigrestad IK	R	0	0	0	0	0
Rasmussen	Tor Eirik	Vigrestad IK	R	0	0	0	0	0
Kirketeig	Alice Bråtveit	Tysvær VK	R	0	0	0	0	0
Våge	Arne	Tysvær VK	R	0	0	0	0	0
Meling	Andreas Fosse	Stavanger VK	R	0	0	0	0	0
Lorentsen	Amund	T&IL National	R	0	0	0	0	0
Stene, Caroline		T&IL National	R	0	0	0	0	0
Christensen	Christian	AK Bjørgvin	R	0	0	0	0	0
Hordnes	Lena	AK Bjørgvin	R	0	0	0	0	0
Carlsen	Tom,	AK Bjørgvin	R	0	0	0	0	0
Egeland Ingeborg	Bern	AK Bjørgvin	R	0	0	0	0	0
Haukali	Jens	AK Bjørgvin	R	0	0	0	0	0

22. STYRETS BERETNING 2022

22.1 Styremøter 2022:

1/22: Førde lørdag 29 – søndag 30 januar

Styret:

President Stian Grimseth
Visepresident Børge Aadland
Styremedlem Hilde Næss
Styremedlem Tryggve Duun
Styremedlem Tinna Ringsaker
Varamedlem Bendik Dalen

Ansatte:

Generalsekretær Arne Grostad
Utviklingsansvarlig Rebekka Helen Fremstad
Forhindret i å møte:
Varamedlem Randi Schei

3/22: TEAMS søndag 27 februar kl 18,00

Styret:

President Stian Grimseth
Visepresident Børge Aadland
Styremedlem Hilde Næss
Styremedlem Tryggve Duun
Styremedlem Tinna Ringsaker
Varamedlem Randi Schei
Varamedlem Bendik Dalen

Ansatte:

Generalsekretær Arne Grostad
Utviklingsansvarlig Rebekka Helen Fremstad
Forhindret i å møte:

5/22: TEAMS søndag 15 mai kl 19,00

Styret:

President Stian Grimseth
Visepresident Børge Aadland
Styremedlem Hilde Næss
Styremedlem Tryggve Duun
Styremedlem Tinna Ringsaker
Varamedlem Randi Schei

Ansatte:

Generalsekretær Arne Grostad
Utviklingsansvarlig Rebekka Helen Fremstad
Forhindret i å møte:
Varamedlem Bendik Dalen

7/22: TEAMS søndag 03 juli kl 19,00

Styret:

President Stian Grimseth
Visepresident Børge Aadland
Styremedlem Hilde Næss
Styremedlem Tryggve Duun
Varamedlem Randi Schei
Varamedlem Bendik Dalen

Ansatte:

Generalsekretær: Arne Grostad
Utviklingsansvarlig Rebekka Helen Fremstad
Forhindret i å møte:
Styremedlem Tinna Ringsaker

2/22: TEAMS søndag 20 februar kl 18,00

Styret:

President Stian Grimseth
Visepresident Børge Aadland
Styremedlem Hilde Næss
Styremedlem Tryggve Duun
Styremedlem Tinna Ringsaker
Varamedlem Randi Schei

Ansatte:

Generalsekretær Arne Grostad
Utviklingsansvarlig Rebekka Helen Fremstad
Forhindret i å møte:
Varamedlem Bendik Dalen

4/22: TEAMS onsdag 6 april kl 17,30

Styret:

President Stian Grimseth
Visepresident Børge Aadland
Styremedlem Hilde Næss
Styremedlem Tryggve Duun
Styremedlem Tinna Ringsaker
Varamedlem Randi Schei

Ansatte:

Generalsekretær Arne Grostad
Utviklingsansvarlig Rebekka Helen Fremstad
Forhindret i å møte:
Varamedlem Bendik Dalen

6/22: TEAMS søndag 16 juni kl 16,00

Styret:

President Stian Grimseth
Visepresident Børge Aadland
Styremedlem Hilde Næss
Styremedlem Tryggve Duun, fra kl 17,30
Varamedlem Randi Schei
Varamedlem Bendik Dalen

Ansatte:

Generalsekretær Arne Grostad
Utviklingsansvarlig Rebekka Helen Fremstad
Forhindret i å møte:
Styremedlem Tinna Ringsaker

8/22: TEAMS søndag 18 august kl 17,00

Styret:

President Stian Grimseth
Visepresident Børge Aadland
Styremedlem: Hilde Næss
Styremedlem Tryggve Duun
Styremedlem Tinna Ringsaker
Varamedlem Randi Schei

Ansatte:

Generalsekretær Arne Grostad
Utviklingsansvarlig: Rebekka Helen Fremstad
Forhindret i å møte:
Varamedlem Bendik Dalen

9/22: TEAMS søndag 15 september kl 17,00

Styret:

President Stian Grimseth

Visepresident Børge Aadland

Styremedlem: Hilde Næss

Styremedlem Tryggve Duun

Styremedlem Tinna Ringsaker fra kl 17,30

Varamedlem Randi Schei

Ansatte:

Generalsekretær Arne Grostad

Utviklingsansvarlig: Rebekka Helen Fremstad

Forhindret i å møte:

Varamedlem Bendik Dalen

10/22: TEAMS søndag 02 oktober kl 17,00

Styret:

President Stian Grimseth

Visepresident Børge Aadland

Styremedlem: Hilde Næss

Styremedlem Tryggve Duun

Styremedlem Tinna Ringsaker

Varamedlem Randi Schei

Ansatte:

Generalsekretær Arne Grostad

Utviklingsansvarlig: Rebekka Helen Fremstad

Forhindret i å møte:

Varamedlem Bendik Dalen

12/22: TEAMS tirsdag 09 november kl 18,00

Styret:

President Stian Grimseth

Visepresident Børge Aadland

Styremedlem: Hilde Næss

Styremedlem Tryggve Duun, ikke innkalt

Styremedlem Tinna Ringsaker (forfall)

Varamedlem Randi Schei, ikke innkalt

Varamedlem Bendik Dalen

Ansatte:

Generalsekretær Arne Grostad

Utviklingsansvarlig: Rebekka Helen Fremstad

10/22: TEAMS søndag 02 oktober kl 17,00

Styret:

President Stian Grimseth

Visepresident Børge Aadland

Styremedlem: Hilde Næss

Styremedlem Tryggve Duun

Styremedlem Tinna Ringsaker

Varamedlem Randi Schei

Ansatte:

Generalsekretær Arne Grostad

Utviklingsansvarlig: Rebekka Helen Fremstad

Forhindret i å møte:

Varamedlem Bendik Dalen

11/22: TEAMS tirsdag 01 november kl 18,00

Styret:

President Stian Grimseth

Visepresident Børge Aadland

Styremedlem: Hilde Næss

Styremedlem Tryggve Duun

Varamedlem Randi Schei

Ansatte:

Generalsekretær Arne Grostad

Utviklingsansvarlig: Rebekka Helen Fremstad

Forhindret i å møte:

Styremedlem Tinna Ringsaker

Varamedlem Bendik Dalen

13/22: TEAMS tirsdag 20 desember kl 17,00

President Stian Grimseth

Visepresident Børge Aadland

Styremedlem: Hilde Næss

Styremedlem Tryggve Duun

Varamedlem Randi Schei

Ansatte:

Generalsekretær Arne Grostad

Utviklingsansvarlig: Rebekka Helen Fremstad

Ansatt som Generalsekretær fra 1 januar 2023:

Svein-Erik Edvartsen

Forhindret i å møte:

Styremedlem Tinna Ringsaker

Varamedlem Bendik Dalen

22.2 Aktiv idrett 2022

Også i 2022 ser en at det er blant kvinnene at den beste utviklingen er både når det gjelder kvalitet og kvantitet.

Mesterskap i 2022.

Regionmesterskap 2022

Det ble arrangert RM i alle regioner

Landsmesterskap 2022

Alle 3 landsdeler arrangerte landsmesterskap

Norske mesterskap.

NM senior 22 og 23 juni 2022 Skien.

NVF deltok for første gang ved NM veka i 2023, denne er bare for seniorer. Arrangement var i Skien og NVF «kjøpte» riggearbeide fra klubber i Vestfold.

Selve mesterskapet ble avholdt tradisjonelt over 2 dager med en tv pulje siste dag.

Det deltok 44 kvinner og 44 menn.

Resultatet av evalueringen av NM veka tilsa at NVF går tilbake til den tradisjonelle avviklingen av NM senior med mesterskap avholdt i mars.

NM junior 9 april inkl NM lag 2022.

Arrangør Breimsbygda IL Trivselshallen

Antall deltakere 27 jenter og 24 gutter

NM veteran inkl NM lag 15 mai 2022

Arrangør Kvadraturen IK, Idda Arena

17 deltagende kvinner og 33 menn.

NM ungdom inkl NM lag 05 november 2022.

Arrangør Vigrestad IK Vigrestadhallen

18 jenter og 32 gutter

NM 5 kamp med NM lag 17 – 18 september 2022.

Arrangør Larvik AK som benyttet Stavernhallen-

Antall deltakere 33 kvinner og 48 menn. Mesterskapet ble avviklet over 2 dager.

NM lag senior 10 desember 2022.

Arrangør Spydeberg Atletene. 4 lag av begge kjønn deltok.

Spydeberghallen var arena.

Internasjonale mesterskap

VM i Botaga, Colombia. desember

Ine Andersson, Tambarskjelvar IL

Marit Årdalsbakke, Tambarskjelvar IL

Solfrid Koanda, Kvadraturen VK

Kim Eirik Tollefsen, Tønsberg-Kam.

EM senior 2 – 11 juni, Tirana, Albania

Ine Andersson, Tambarskjelvar IL

Sol Anette Waaler, Trondheim AK

Julia Jordanger Loen, Breimsbygda IL

Marit Årdalsbakke, Tambarskjelvar IL

Solfrid Koanda, Kvadraturen

Daniel Roness, Spydeberg AT

Kim Eirik Tollefsen, Tønsberg Kam

VM junior 2- 10 mai, Kreta, Hellas

Mats Hofstad Trondheim AK

Julia Jordanger Loen Breimsbygda IL

VM ungdom, 03. – 12 juli Leon, Mexico

Sandra Nævdal, AK Bjørgvin
Lea Berle Horne, Tromsø AK

European Weightlifting U 15 – ungdom 10 - 17 August, Razyn,- POL

Karoline Kroken, Aasgård FVK
Sandra Nævdal, AK Bjørgvin
Edle Eik Litland, AK Bjørgvin
Lea Berle Horne, Tromsø AK
Rasmus Aune, Hitra VK

EM junior og U23 år, 12 - 24 oktober, Dorres, Albania.

Junior:

Ronja Lenvik , Hitra VK
Julia Jordanger Loen, Breimsbygda IL
Lea Berle Horne, Tromsø AK

U 23 år.

Tinna H. Ringsaker, Spydeberg Atletene
Ragnar G. Holme, Tambaraskjelvar IL

Nordisk ungdom 11- 13 november, Garðabær, Island 2022

Sandra Nævdal, AK Bjørgvin
Trine Hellevang Endestad, Tambaraskjelvar IL
Edle Eik Litland, AK Bjørgvin
Linn Christina Larssen, Larvik AK
Lea Berle Horne, Tromsø AK

Emil Viktor Sveum, Gjøvik AK
Aksel Svorstøl, Tambaraskjelvar
Rasmus Heggvik Aune, Hitra VK
Stefan Rønnevik, Tysvær VK
Alvolai Røyseth, Tambaraskjelvar IL
William A. Christiansen, Larvik AK

Nordisk ungdom 11- 13 november, Garðabær, Island 2022

Ronja Lenvik, Hitra VK
Julia Jordanger Loen, Breimsbygda IL
Emma Vittring, Tromsø AK
Tine Pedersen, Tambaraskjelvar IL
Tuva Loodtz, AK Bjørgvin
Mia Mundal, Tønsberg-Kam.

Kristen Espedal Røyseth, Tambaraskjelvar IL

Nordisk senior 7 – 8 oktober, Rovaniemi, Finland

Rebekka T. Jacobsen, Larvik AK
Ine D. Andersson, Tambaraskjelvar
Sol A. Waaler, Trondheim AK
Marit Årdalsbakke, Tambaraskjelvar IL
Melissa Schanche, Spydeberg Atletene

Lone Kalland,Tambarskjelvar IL
EM Master Razyn,Polen
Her deltok 10 norske veteraner

Andre internasjonale deltakelser i stevner og serier.

Fransk serie – Bundesliga – 17 International Women Grand Prix

Aalborg Cup- International Tourm. Open Ladies and Master Stevne i Polen – AK Gothas jubileumstevne

Det har i 2022 vært flere internasjonale og nasjonale samlinger

22.3 Sponsorar/støttespelarar

I 2022 fekk vi Eleiko inn som ein forbundssponsor, dette som del av at dei vert leverandør av utstyr til VM 2025. Arbeidet med nye sponsorar vil bli intensivert, og vi har eit godt produkt med NVF og VM på heimebane. Berge Rederi og Norsk Lek og Park var med også i 2022, og i avtalen med Eleiko ligg det inne leveranse av nye landslagsklede i 2023.

22.4 Nasjonalt anlegg for vektløfting

Styret har i 2022 behandlet spørsmålet om et nasjonalanlegg.

En utlysning til klubber ble gjort og med bakgrunn i responsen fra to interessenter ble kontaktpersoner til disse innkalt til et møte for å presentere sine prosjekter.

Disse var:

- Idrettsrådet i Sunnfjord/Tambarskjelvar IL med ”Førde Arena”
- Trondheim Atletklubb med ”Leangen Aktivitetshus

NVF konklusjon:

Med bakgrunn ut ifra de generelle anbefalinger fra NIF (mail 31.10.2022) og etter høringen med det to søkerne, besluttet NVF å sende søknad om status for nasjonalanlegg for Førde Arena.

22.5 VM i Førde 2025.

Formelt navn: VM Vektløfting 2025 AS

Arbeidet med VM 2025 er godt i gang, so langt er kr 43 millionar av totalbudsjettet på kr 60 millioner på plass. VM 2025 er eigd 40% av NVF, og NVF er opptatt av at VM 2025 vert eit godt utstillingsvindauge for sporten vår både nasjonalt og internasjonalt, vidare at meisterskapen skal vere ein motor for å nå NVF sine ambisiøse utviklingsmål.

Styremøter i 2022:

Nr.1 29.01

Nr. 2.30.08

Styremedlem Hilde Næss er NVFs representant i styret.

22.6 Norges vektløfterforbund kontor og daglige drift

Kontor

Generalsekretær: Midtre Flatåsveg 8. 7499 Flatåsen

Ansatte pr 31 desember 2022:

Utviklingsansvarlig: Rebekka Helen Fremstad 60%,/ 100 % fra 1 august, Ullevål Stadion

Generalsekretær Arne Grostad i 80% stilling.
Landslagstrener Zygmunt Smalcerz i 100 stilling.
Sportslig ansvarlig Stian Grimseth i 15% stilling.

22.7 Regnskapet

Regnskapsfører.

I 2022 var det Erling Benjaminsen regnskapsfører, Vestlandet idrettskrets.

Revisor

Revisor for regnskapsåret 2022 har vært statsautorisert revisor Hans Magnar Hansen
Firda Revisjon & Rådgiving AS. Postboks 212, 6801 Førde

Økonomi resultat 2022

Det vart budsjettert med eit underskot i 2022, dette for å oppretthalde eit godt aktivitetsnivå og det vart funne rett og forsvarleg basert på styrking av EK i 2020 grunna covid og reiserestriksjonar. Gjennom året vart det jobba godt med inntektssida til NVF, og det er gledeleg å kunne konstatere at inntektssida av budsjettet auka til kr 6.219' i 2022 frå kr 4.596' i 2021 og at resultatet for 2022 vart kr 38.000,- betre enn budsjettert.

Revisor har revidert regnskapet 2022, det viser et underskudd -kr 92 617,-.
Resultatet er bedre enn det Tinget vedtatte budsjettet for 2022 på -kr 133 000

Olympiatoppen

Vi fekk i 2021 støtte frå Olympiatoppen gjennom post 4, dette er svært mange år sidan vi har hatt resultat til å kunne forvente. Tilskotet vart lågare enn forventa, men basert på gode resultat og seriøst arbeid so vart beløpet 3 gonger so stort gjennom året. Vidare har ein fått utvikla eit godt team samarbeide rundt våre beste utøvarar, mellom anna innan helse, motorikk, styrketrening og ernæring.

23. Internett-sosiale media

NVFs internettside er www.vektlofting.no. Det ble i 2022 vedtatt å bytte nettsideløsningen, nå på NIF plattformen. Den vil realiseres tidlig januar 2023.

NVF er også aktive på de andre sosiale mediene som Instagram og Facebook

23.1 NVF Live streaming

Det ble i 2022 fortsatt livestreamet større mesterskap. Dette har gitt mange positive tilbakemeldinger.

NVFs «livestream» ansvarlig er Tryggve Duun.

23.2 Sosiale medier

Norges vektløfterforbund er også aktive på de andre sosiale mediene som Instagram og Facebook

24. Gjennomføring av større mesterskap

Ved større stevner er det etter hvert et omfattende arbeide med å koble opp systemet som «kjører» mesterskapet. Her har også i 2022 Hans Hagenes med medhjelper Torbjørn Ødegård bidratt med stor innsats.

Og som nevnt i pkt. 21.1 ble alle norske mesterskap streamet hvor Tryggve Duun gjorde en betydelig innsats.

I tillegg har Arne H. Pedersen bidratt med ved flere større mesterskap som protokollfører.

25. Vedlegg

NVFs regnskap økonomi resultatoversikt 2022

Revisors beretning 2022

NVFs kontrollutvalg 2022

Årsregnskap

BankID Signing
Arne Grostad
2023-02-27

BankID Signing
Børge Aadland
2023-02-27

BankID Signing
Hilde Næss
2023-02-27

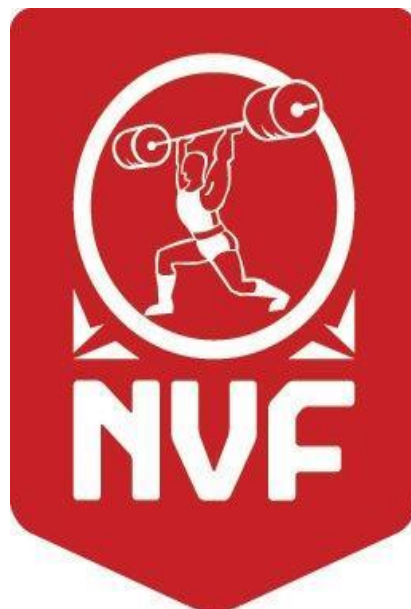
BankID Signing
Trygve Duun
2023-02-27

BankID Signing
Tinna Henriette Ringsaker
2023-03-01

BankID Signing
Sian Grimseth
2023-03-02

Norges Vektløfterforbund

2022



Norges Vektløfterforbund

Resultatregnskap

Beløp i NOK	Note	2022	2021
Driftsinntekter			
Sponsorinntekter	2	80 000	90 272
Tilskudd NIF	3	4 257 415	3 292 774
Annen driftsinntekt	4	1 994 457	1 213 401
Sum Driftsinntekter		6 331 872	4 596 446
Driftskostnader			
Lønnskostnad	5	2 145 620	1 481 494
Annen driftskostnad	6	4 280 733	3 315 344
Sum Driftskostnader		6 426 353	4 796 837
Driftsresultat		-94 481	-200 391
Finansinntekter og Finanskostnader			
Finansinntekter		2 528	1 081
Gevinst salg fond	8		267 594
Finanskostnader		-664	-365
Netto finansposter		1 864	268 311
ÅRSRESULTAT		-92 617	67 919
Disponering av årets resultat			
Til/fra egenkapital		-92 617	-199 675
Avsetning			
– Aksel Haugseths ungdomsfond	8, 12		267 594
Sum disponering		-92 617	67 919

Norges Vektløfterforbund

Balanse

Beløp i NOK	Note	2022	2021
Eiendeler			
Aksjer VM Vektløfting 2025 AS	8	20 000	
Kundefordringer	7	501 314	95 723
Forskuddsbetalt kostnad, påløpt inntekt o.l.	9	47 134	89 432
Kontanter, bankinnskudd o.l.	10	1 589 237	1 996 957
Sum Eiendeler		2 157 685	2 182 112
Egenkapital og Gjeld			
Annen egenkapital	11	1 409 392	1 502 009
Sum egenkapital		1 409 392	1 502 009
Aksel Haugseths ungdomsfond	8, 12	212 094	222 094
Post 3 - avsetning av ubrukte midler	12	0	129 428
Sum avsetninger		212 094	351 523
Leverandørgjeld		165 755	98 988
Skyldige offentlige avgifter		174 164	76 371
Annen kortsiktig gjeld	13	196 280	153 222
Sum kortsiktig gjeld		536 199	328 581
Sum Egenkapital og Gjeld		2 157 685	2 182 112

Førde 28.02.2023

Stian Grimseth
President

Børge Aadland
Visepresident

Hilde Næss
Styremedlem

Tinna Ringsaker
Styremedlem

Tryggve Duun
Styremedlem

Arne Grostad
Generalsekretær

Norges Vektløfterforbund

Noter til regnskapet 2022

Note 1 Regnskapsprinsipper

Årsregnskapet er satt opp i samsvar med regnskapsloven og god regnskapsskikk.

Hovedregel for vurdering og klassifisering av eiendeler og gjeld

Regnskapet er ført etter regnskapsprinsippet. Dette innebærer at inntekter er registrert i den periode de er inntjent og utgifter er registrert i den periode de er påløpt.

Eiendeler bestemt til varig eie eller bruk, er klassifisert som anleggsmidler. Andre eiendeler er klassifisert som omløpsmidler. Fordringer som skal tilbakebetales innen et år er klassifisert som omløpsmidler.

Ved klassifisering av kortsiktig og langsiktig gjeld er tilsvarende kriterier lagt til grunn.

Anleggsmidler er vurdert til anskaffelseskost, men ikke til høyere verdi enn gjelden knyttet til anleggsmidlet.

Dersom virkelig verdi av anleggsmidler er lavere enn balanseført verdi og verdifallet forventes ikke å være forbigående, er det foretatt nedskrivning til virkelig verdi.

Anleggsmidler med begrenset økonomisk levetid avskrives lineært over den økonomiske levetiden men minst med et årlig beløp som tilsvarer nedbetalingen av langsiktig gjeld tilknyttet anlegget.

Omløpsmidler er vurdert til laveste av anskaffelseskost og fremtidig salgsverdi fratrukket salgskostnader.

Annen langsiktig gjeld og kortsiktig gjeld er vurdert til pålydende beløp.

Fordringer

Kundefordringer og andre fordringer er oppført i balansen til pålydende etter fradrag for avsetning til forventet tap. Avsetning til tap gjøres på grunnlag av individuelle vurderinger av de enkelte fordringene.

Bankinnskudd, kontanter o.l.

Bankinnskudd, kontanter o.l. inkluderer kontanter, bankinnskudd og andre betalingsmidler med forfallsdato som er kortere enn tre måneder fra anskaffelse.

Inntektsføringsprinsipper

Driftsinntekter og offentlige tilskudd inntektsføres når de er opptjent.

Sponsorinntekter inntektsføres over avtaleperioden.

Barteravtaler inntektsføres på grunnlag av de mottatte verdier i den perioden verdien mottas. Motsvarende kostnader blir kostnadsført i samme periode.

Periodiseringsregler

Utgifter kostnadsføres i samme periode som tilhørende inntekt

For prosjekter som har øremerkede midler der aktiviteten ikke er fullført ved periodens utløp, foretas det inntektsavsetninger.

Note 2 Salgs- og sponsorinntekter

Regnskapsposten består av:	2022	2021
Sponsorinntekter	80 000	55 000
Barteravtaler		35 272
Sum	80 000	90 272

Note 3 Tilskudd fra NIF

Regnskapsposten består av:	2022	2021
Tilskudd fra NIF - Rammetilskudd	2 181 990	2 027 551
Tilskudd fra NIF - Olympiatoppen	900 000	
Tilskudd fra NIF - Post 3	1 025 997	1 359 651
Tilskudd fra NIF - Post 3 - Overføres 2022	129 428	-129 428
Andre tilskudd	20 000	35 000
Sum	4 257 415	3 292 774

Note 4 Andre inntekter

Regnskapsposten består av:	2022	2021
Lisenser	194 200	170 300
Egenandeler	391 809	261 000
Div. gebyr serie/stevne	34 950	33 200
Tilskudd IWF / NWF	73 954	53 811
Kursinntekter	15 350	18 160
VO-midler	3 500	6 840
Momskompensasjon	381 543	281 535
Bruk av avsetning mesterskap	0	55 000
Bruk av Aksel Haugseths ungdomsfond		45 500
Andre inntekter	899 150	288 055
Sum	1 994 457	1 213 401

Note 5 Lønns- og personalkostnader

Denne posten vedrører lønn, arbeidsgiveravgift og andre personalkostnader

Regnskapsposten består av:	2022	2021
Lønn og honorarer	1 633 370	1 213 670
Arbeidsgiveravgift	233 357	160 470
Pensjonskostnader	19 326	5 553
Andre lønnskostnader	259 567	101 801
Sum	2 145 620	1 481 494

Honorar og annen godtgjørelse til ledende personer		Lønn/honorar
President / sportssjef		97 422
Styremedlemmer		
Generalsekretær		455 752
Revisjon	2022	2021
Godtgjørelse til revisor	21 875	25 000

Note 6 Andre driftskostnader

Regnskapsposten består av:	2022	2021
Kontor- og administrasjonskostnader	398 598	313 600
IT-kostnader inkl. utstyr	92 099	77 387
Streaming-utstyr	96 577	64 655
Idrettsutstyr, medisinskbehandling og utstyr	132 543	93 053
Idrettsfaglig bistand	86 301	233 075
Reise- og oppholdskostnader	2 769 501	1 563 326
Støtte krets og idrettslag	292 500	456 000
Andre kostnader	412 613	514 248
Sum	4 280 733	3 315 344

Note 7 Kundefordringer

Debitormassen er oppført til pålydende med fradrag for avsetning til usikre fordringer. Debitormassen utgjør kr 501.314,-.

Note 8 Aksjefond – Aksel Haugseths ungdomsfond

Aksjefondene SEB international, SEB Norden LU og SEB Europa SMB ble innløst i januar 2021. Disse hadde en bokført verdi på kr. 98.508,90. Aksjefondene ble innløst for kr. 366.103,30 som gav en gevinst på kr. 267.594,40. Denne gevinsten ble satt av til Aksel Haugseths ungdomsfond i balansen.

Av Aksel Haugseths ungdomsfond ble det i 2022 brukt kr. 10.000,-.

Verdi Aksel Haugseths ungdomsfond 31.12.22 kr. 212.094,40.

Note 9 Andre kortsiktige fordringer

Regnskapsposten består av:	2022	2021
Forskuddsbetalte kostnader	0	35 621
Opptjente, ikke innbetalte, inntekter	45 424	53 811
Andre kortsiktige fordringer	1 710	
Sum	47 134	89 432

Note 10 Bankinnskudd

Av likvide midler på kr 1.996.957 utgjør bundne skattetrekkmidler kr 182.344.

Note 11 Egenkapital

	Egenkapital
Egenkapital pr 01.01.22	1 502 009
Årets resultat til annen egenkapital	-92 617
Egenkapital pr. 31.12.22	1 409 392

Note 12 Avsetninger fond

Regnskapsposten består av:	2022	2021
Aksel Haugseths ungdomsfond	212 094	222 094
Post 3 - ubrukte midler		129 428
Sum	212 094	351 523

Note 13 Annen kortsiktig gjeld

Regnskapsposten består av:	2022	2021
Påløpte feriepenger	106 837	83 381
Skyldig lønn	80 000	67 050
Annen påløpt kostnad	9 443	2 791
Sum	196 280	153 222



UAVHENGIG REVISORS BERETNING
Til årsmøtet i Norges Vektløfterforbund

Uttalelse om revisjonen av årsregnskapet

Konklusjon

Vi har revidert årsregnskapet for Norges Vektløfterforbund som viser et underskudd på kr 92 617. Årsregnskapet består av balanse per 31. desember 2022, resultatregnskap for regnskapsåret avsluttet per denne datoen og noter til årsregnskapet, herunder et sammendrag av viktige regnskapsprinsipper.

Etter vår mening

- oppfylder årsregnskapet gjeldende lovkrav, og
- gir årsregnskapet et rettviseende bilde av foreningens finansielle stilling per 31. desember 2022 og av dets resultat for regnskapsåret avsluttet per denne datoen i samsvar med regnskapslovens regler og god regnskapsskikk i Norge.

Grunnlag for konklusjonen

Vi har gjennomført revisjonen i samsvar med International Standards on Auditing (ISA-ene). Våre oppgaver og plikter i henhold til disse standardene er beskrevet nedenfor under Revisors oppgaver og plikter ved revisjonen av årsregnskapet. Vi er uavhengige av foreningen i samsvar med kravene i relevante lover og forskrifter i Norge og International Code of Ethics for Professional Accountants (inkludert internasjonale uavhengighetsstandarder) utstedt av International Ethics Standards Board for Accountants (IESBA-reglene), og vi har overholdt våre øvrige etiske forpliktelser i samsvar med disse kravene. Innhentet revisjonsbevis er etter vår vurdering tilstrekkelig og hensiktsmessig som grunnlag for vår konklusjon.

Styret og daglig leders ansvar for årsregnskapet

Styret og daglig leder (ledelsen) er ansvarlig for å utarbeide årsregnskapet og for at det gir et rettviseende bilde i samsvar med regnskapslovens regler og god regnskapsskikk i Norge. Ledelsen er også ansvarlig for slik intern kontroll som den finner nødvendig for å kunne utarbeide et årsregnskap som ikke inneholder vesentlig feilinformasjon, verken som følge av misligheter eller utilsiktede feil.

Ved utarbeidelsen av årsregnskapet må ledelsen ta standpunkt til foreningens evne til fortsatt drift og opplyse om forhold av betydning for fortsatt drift. Forutsetningen om fortsatt drift skal legges til grunn for årsregnskapet så lenge det ikke er sannsynlig at virksomheten vil bli avviklet.

Revisors oppgaver og plikter ved revisjonen av årsregnskapet

Vårt mål er å oppnå betryggende sikkerhet for at årsregnskapet som helhet ikke inneholder vesentlig feilinformasjon, verken som følge av misligheter eller utilsiktede feil, og å avgi en revisjonsberetning



Firda Revisjon & Rådgivning


som inneholder vår konklusjon. Betyggende sikkerhet er en høy grad av sikkerhet, men ingen garanti for at en revisjon utført i samsvar med ISA-ene, alltid vil avdekke vesentlig feilinformasjon.

Feilinformasjon kan oppstå som følge av misligheter eller utilsiktede feil. Feilinformasjon er å anse som vesentlig dersom den enkeltvis eller samlet med rimelighet kan forventes å påvirke de økonomiske beslutningene som brukerne foretar på grunnlag av årsregnskapet.

Som del av en revisjon i samsvar med ISA-ene, utøver vi profesjonelt skjønn og utviser profesjonell skepsis gjennom hele revisjonen. I tillegg:

- identifiserer og vurderer vi risikoen for vesentlig feilinformasjon i årsregnskapet, enten det skyldes misligheter eller utilsiktede feil. Vi utformer og gjennomfører revisjonshandlinger for å håndtere slike risikoer, og innhenter revisjonsbevis som er tilstrekkelig og hensiktsmessig som grunnlag for vår konklusjon. Risikoen for at vesentlig feilinformasjon som følge av misligheter ikke blir avdekket, er høyere enn for feilinformasjon som skyldes utilsiktede feil, siden misligheter kan innebære samarbeid, forfalskning, bevisste utelatelser, uriktige fremstillinger eller overstyring av intern kontroll.
- opparbeider vi oss en forståelse av intern kontroll som er relevant for revisjonen, for å utforme revisjonshandlinger som er hensiktsmessige etter omstendighetene, men ikke for å gi uttrykk for en mening om effektiviteten av interne kontroll.
- evaluerer vi om de anvendte regnskapsprinsippene er hensiktsmessige og om regnskapsestimatene og tilhørende noteopplysninger utarbeidet av ledelsen er rimelige
- konkluderer vi på om ledelsens bruk av fortsatt drift-forutsetningen er hensiktsmessig og basert på innhentede revisjonsbevis, hvorvidt det foreligger vesentlig usikkerhet knyttet til hendelser eller forhold som kan skape tvil av betydning om evne til fortsatt drift. Dersom vi konkluderer med at det eksisterer vesentlig usikkerhet, kreves det at vi i revisjonsberetningen henleder oppmerksomheten på tilleggsopplysningene i årsregnskapet, eller, dersom slike tilleggsopplysninger ikke er tilstrekkelige, at vi modifierer vår konklusjon. Våre konklusjoner er basert på revisjonsbevis innhentet frem til datoen for revisjonsberetningen. Etterfølgende hendelser eller forhold kan imidlertid medføre at foreningen ikke kan fortsette driften.
- evaluerer vi den samlede presentasjonen, strukturen og innholdet i årsregnskapet, inkludert tilleggsopplysningene, og hvorvidt årsregnskapet gir uttrykk for de underliggende transaksjonene og hendelsene på en måte som gir et rettviseende bilde.

Vi kommuniserer med styret blant annet om det planlagte innholdet i og tidspunkt for revisjonsarbeidet og eventuelle vesentlige funn i revisjonen, herunder vesentlige svakheter i intern kontroll som vi avdekker gjennom revisjonen.

FØRDE, 3. mars 2023
Firda Revisjon & Rådgivning AS

Hans Magnar Hansen
Statsautorisert revisor

Kontrollutvalgets beretning for året 2022

21.02.23 bestemte Styreleder Dag Rønnevik å trekke seg fra kontrollutvalget på grunn av konflikt i roller. Det er da kontrollutvalgets medlemmer: Emma Hald og Audun Reigstad som overtar dette vervet sammen med Anne Gunn Berge som tidligere har fungert som varamedlem.

Vi har utført følgende handlinger:

Vi har gjennomgått protokoll for årsmøtet, styrets protokoller, samt andre dokumenter utvalget har funnet det nødvendig å gjennomgå. Vi har også fått tilgang til regnskapet. Vi har gjennomgått styrets årsberetning for 2022 og det styrebehandlede årsregnskapet for 2022. Vi har ingen kommentarer til dette utover det som er nevnt under.

Fullmaktsmatrise

Kontrollutvalget (KU) etterlyste fullmaktsmatrise fra styret i beretningen 2021. Styret har i løpet av året 2022 utarbeidet en fullmaktsmatrise som er presentert for kontrollutvalget.

Dokumenter

Kontrollutvalgets medlemmer har ikke fått styreprotokoller på mail. Etter oppdatering av nettsider har det også vært utfordrende å finne protokoller på nett. KU regner med at dette kommer på plass når nettsiden blir ferdigstilt.

Regnskap

Ingen merknad fra revisor.

Styret har etterlyst status fra regnskapsfører i flere av styremøtene, kontrollutvalget oppfordrer til hyppigere statusrapporter fra regnskapsfører og bedre kommunikasjon med regnskapskontoret gjennom året.

Etter forespørsel fra KU har det blitt gitt tilgang til regnskap via visma, denne tilgangen har tidligere styreleder av KU, Dag Rønnevik fått.

Budsjett

Budsjettet som var godkjent på tinget 2022 har i etterkant blitt endret på grunn av økte reiseutgifter og flere kvalifiseringer til internasjonale konkurranser. De økte utgiftene forsvarer med samtidig økte inntekter på grunn av blant annet sponsoravtaler. KU har observert at der er budsjettert med underskudd, noe som en regner med at henger sammen med økt satsing i forbundet.

