



PROTOKOLL FRA Ekstraordinært ting 22 juni 2026

Innholdsfortegnelse

DAG/DATO/TID/STED.....	1
SAKSLISTE.....	1
1. ÅPNING V/ PRESIDENT STIAN GRIMSETH.....	2
2. GODKJENNING AV STEMMEBERETTIGEDE MEDLEMMER	2
3. VELGE DIRIGENT	2
4. VELGE AV PROTOKOLLFØRERE.....	2
5. VELGE TO DELEGATER TIL Å UNDERSKRIVE PROTOKOLLEN	2
6. GODKJENNE FORRETNINGSORDEN.....	3
7. GODKJENNE INNKALLINGEN	4
8. GODKJENNE SAKSLISTEN	4
9. BEHANDLE SAKER SOM STÅR PÅ GODKJENT SAKSLISTE	4
9.1 Sak 22 fra ordinært årsmøte.....	4
9.2 Sak 23 fra ordinært årsmøte.....	5
9.3 Sak 24 fra ordinært årsmøte.....	6
9.4 Gjennomgang av kontrollutvalgets rapport(er) og styrets tilsvar til rapporten(e).....	6
9.5. Kompletteringsvalg.....	6
10. PRESIDENTEN AVSLUTTET TINGET	7

Dag/dato/tid/sted

Det ekstraordinære tinget ble avhold digitalt ved hjelp av TEAMS og GoPlenum
mandag 22. Juni 2026 klokken 18:00

Saksliste

1. Åpning v/presidenten
2. Godkjenne de stemmeberettigede deltakerne
3. Velge dirigent(er)
4. Velge protokollfører(e)
5. Velge to deltakere til å underskrive protokollen
6. Godkjenne forretningsorden
7. Godkjenne innkallingen
8. Godkjenne saklisten
9. Behandle saker som fremgår av godkjent sakliste
 - 9.1. Sak 22 fra ordinært ting
 - 9.2. Sak 23 fra ordinært ting
 - 9.3. Sak 24 fra ordinært ting
 - 9.4. Kontrollutvalgets rapport(er) og styrets tilsva
 - 9.5. Kompletteringsvalg til styret
10. Presidenten avslutter årsmøtet

1. Åpning v/ president Stian Grimseth

Presidenten ønsket velkommen. Han ønsket spesielt æresmedlem Per Marstad, og NIFs representant Stein Nilsen, velkommen. Grimseth gikk gjennom noen nøkkelpunkter for å oppsummere aktivitet, økonomi og tiltak som var, eller er i ferd med å bli, gjennomført. Deretter åpnet han årsmøtet.

2. Godkjenning av stemmeberettigede medlemmer

Følgende hadde ordet: Stian Grimseth og Kjell Rune Nordli.

Det var 33 påmeldte delegater. Se vedlegg bakerst i protokollen for delegatliste, observatører og andre.

De frammøtte delegatene ble registrert gjennom GoPlenum, og lå åpen for alle delegatene.

Vedtak: Det var 33 stemmeberettigede til stede.

3. Velge dirigent

Styrets forslag til dirigent var Niels Kjær.

Følgende hadde ordet: Stian Grimseth.

Vedtak: Niels Kjær ble enstemmig valgt til dirigent.

4. Velge av protokollførere

Styrets forslag var Tryggve Duun

Dirigenten presenterte styrets forslag.

Vedtak: Tryggve Duun ble enstemmig valgt til protokollfører.

5. Velge to delegater til å underskrive protokollen

Det ble valgt to delegater til å underskrive protokollen.

Følgende hadde ordet: Dag Rønnevik, Christian Lysenstøen, Randi Schei.

Vedtak: Nicolai Roness og Silvelin Hansen Hellen ble enstemmig valgt til å underskrive protokollen.

6. Godkjenne forretningsorden

Følgende forretningsorden var foreslått:

Forretningsorden

1. Gjennomføring av årsmøtet

1.1 Årsmøtet ledes av den valgte dirigenten, og skal gjennomføres i samsvar med NIFs lov og denne forretningsorden.

1.2 Enhver som ønsker ordet på årsmøtet, må melde seg til talelisten og kan bare tale til årsmøtet når dirigenten har gitt vedkommende ordet.

2. Taletid

2.1 Medlem/årsmøtevalgt organ med forslag på saklisten, gis 5 minutter for å presentere saken.

2.2 For etterfølgende innlegg, er taletiden tre minutter for første innlegg, to minutter for andre innlegg og ett minutt for tredje innlegg. Ingen gis rett til ordet mer enn tre ganger i samme sak.

2.3 Etter forslag fra dirigenten eller et medlem/årsmøtevalgt organ, kan årsmøtet beslutte å:

- sette strek for de inntegnede talere
- sette strek for endringsforslag
- øke antall innlegg
- endre taletiden
- gi taletid til personer uten talerett

2.4 Person med talerett som ber om ordet til forretningsorden har ett minutt taletid.

3. Behandling av forslag på årsmøtet

3.1 Representant som vil fremme eventuelle endringsforslag, under årsmøtet må meddele forslaget skriftlig til dirigenten og forslaget må være signert av representanten.

3.2 Endringsforslag kan bare fremmes i saker som står på saklisten jfr NIFs lov § 2-19

3.3 Etter at saklisten er godkjent, kan ikke forslag som fremgår av saklisten trekkes uten at årsmøtet aksepterer dette.

4. Stemmegivning

4.1 Stemmegivning gjennomføres i samsvar med dirigentens angivelse. Dirigenten skal klart angi hvilken sak det skal stemmes over.

4.2 Dersom det kreves eller er nødvendig med skriftlig avstemming, skal avstemming skje ved å benytte skriftlig skjema.

5. Protokoll

5.1 Det føres protokoll over årsmøtets forhandlinger. Protokollen føres av de årsmøtet har valgt til å føre protokoll.

5.2 I protokollen innføres hvem som har hatt ordet i sakene, hvilke forslag som er fremmet, hvem som er forslagsstiller, hvilke vedtak som er fattet i den enkelte

sak, og resultatet av avstemninger med antall stemmer for og imot og ev. blanke stemmer.

5.3 Protokollen skal publiseres på forbundets hjemmeside så snart den er godkjent.

Følgende hadde ordet: Rune Rasmussen, Dag Rønnevik.

Det framkom ønske om utvidet taletid for KU.

Vedtak: Kontrollutvalget ble gitt 15 minutter taletid for å presentere sin rapport. Det ble ikke satt noen begrensning på antall innlegg fra kontrollutvalget, men ordstyrer ble gitt fullmakt til å sette strek når han mente saken er utdebattert og at det ikke ble tilført nye momenter i saken.

7. Godkjenne innkallingen

Følgende hadde ordet: Dag Rønnevik, Rune Rasmussen, Christian Lysenstøen, Tryggve Duun.

Det kom fram et ønske om at de må framgå av saksdokumentene hvem innkallingen er sendt til.

Vedtak: Innkallingen ble godkjent.

8. Godkjenne Sakslisten

Følgende hadde ordet: Dag Rønnevik, Emma Hald, Rune Rasmussen, Stian Grimseth, Tryggve Duun, Dag Rønnevik.

Emma Hald fremmet forslag om at sakslisten ikke skulle godkjennes.

23 stemte for at sakslisten godkjennes, og 11 stemte mot.

Vedtak: Sakslisten ble godkjent.

9. Behandle saker som står på godkjent saksliste

9.1 Sak 22 fra ordinært årsmøte

Unngå begrensninger i representasjon – la utøvere og trenere bestemme selv

Forslagsstiller: Utøverkomiteen

Forslagstype: Formalisering

Forslag bestemmelse:

Det skal ikke bli lagt begrensninger med deltagelse på internasjonale mesterskap.

Dersom en utøver er kvalifisert til flere internasjonale mesterskap skal utøveren selv få velge hvilke og hvor mange mesterskap man deltar på. Utøveren skal få delta på alle stevner den er kvalifisert til hvis den ønsker det. Det skal være en dialog mellom utøver, trener og forbund rundt hvilke stevner man formtopper til, for å forhindre for stor belastning.

Forbundets anbefaling var at forslaget ikke vedtas.

Følgende hadde ordet: Adrian Henneli, Christian Lysenstøen, Stian Grimseth, Dag Rønnevik, Jonny Sandvik, Emil Sætran, Ruth Kasirye.

19 delegater stemte for forslaget, og 14 delegater stemte mot forslaget til utøverkomiteen.

Vedtak: Forslaget til utøverkomiteen ble vedtatt.

9.2 Sak 23 fra ordinært årsmøte

Premiering av bestemannspris på LM, RM og RM 5-kamp

Forslagsstiller: Utøverkomiteen

Forslagstype: Formalisering

Forslag til bestemmelse:

Egne bestemmelser rundt konkurransene LM, RM og RM 5-kamp. Ved premiering av en eventuell bestemannspris under LM, RM og RM 5 kamp skal en ungdom sitt Sinclair resultat være tellende i junior og senior klassen. Veteranresultat kan bli omgjort til senior Sinclair og telle i kampen om bestemannprisen i seniorklassen.

En veteran løfter kan velge mellom å delta i veteranklassen eller seniorklassen under vektklasse konkurransen. Dersom man velger seniorklassen, vil resultatet og muligheten for premiering bortfalle i veteranklassen.

Styrets anbefaling at forslaget ikke vedtas som tingbestemmelse, og at praksis rundt bestemannspriser fortsatt overlates til arrangør innenfor rammene av gjeldende regelverk.

Følgende hadde ordet: Adrian Henneli, Erlend Raastad, Nicolai Roness, Tryggve Duun, Hans Hagenes, Ruth Kasirye, Jonny Sandvik, Ola Bergheim, Christian Lysenstøen.

Hans Hagenes fremmet forslag om at begrepet «Sinclair poeng» i forslaget, endres til «NVFs gjeldende poengsystem». Utøverkomiteen v/Henneli var enig i dette og tilpasset sitt forslag.

Det framkom forslag om å sende saken til Teknisk utvalg for bearbeiding av tekst.

Vedtak: For å få ordlyden i forslaget bearbeidet slik at det blir praktisk og enkelt å forstå, oversendes forslaget til Teknisk utvalg, slik at et bearbeidet forslag kan vedtas tatt inn i teknisk reglement ved neste Ting.

9.3 Sak 24 fra ordinært årsmøte

Deltagelse i styremøter

Forslagsstiller: Forbundsstyret på vegne av Utøverkomiteen

Forslagstype: Formalisering

Forslag til bestemmelse:

Utøverkomiteen i Norges Vektløfterforbund (NVF) kan delta med 1 (en) observatør i alle styremøter som blir holdt av NVF. Ved behandling av saker som er relevante for eller berører utøvere, har utøverkomiteen tale og forslagsrett. Fullstendig saksliste til styremøter skal oversendes Utøverkomiteen i rimelig tid før møtet, slik at utøverkomiteen kan vurdere hvilke saker den ønsker å delta som observatør i. Observatørstatus gir ikke stemmerett.

Styret anbefalte at forslaget ikke vedtas.

Følgende hadde ordet: Adrian Henneli, Arne Grostad, Dag Rønnevik, Rune Rasmussen, Nicolai Roness, Christian Lysenstøen, Emil Sætran, Ruth Kasirye, Emma Hald, Ola Bergheim, Tryggve Duun, Jonny Sandvik.

Utøverkomiteen trakk forslaget og ba om at det blir oversendt styret for bearbeiding slik at det kan fremmes et forslag på neste Ting.

Vedtak: Saken behandles som oversendelsesforslag til styret.

9.4. Gjennomgang av kontrollutvalgets rapport(er) og styrets tilsvaret til rapporten(e)

Tre dokumenter fra kontrollkomiteen og et dokument fra styret i NVF ble behandlet iht. sakslisten.

Følgende hadde ordet: Rune Rasmussen, Louisa Hjelmås, Emma Hald, Nicolai Roness, Christian Lysenstøen, Dag Rønnevik, Stein Nilsen, Stian Grimseth, Tom Farsund, Emil Sætran, Ola Bergheim, Hans Hagenes.

22 delegater stemte for å godkjenne rapporten fra kontrollutvalget. 11 delegater stemte mot å godkjenne rapporten.

Vedtak: Kontrollutvalgets rapport ble godkjent.

9.5. Kompletteringsvalg

Følgende hadde ordet: Steinar Kvame, Else Karin Aas, Christian Lysenstøen, Rune Rasmussen, Hans Hagenes.

9.5.1 Valg av ett (1) styremedlem

Valgkomiteens innstilling var: Else Karin Aas.

Vedtak: Else Karin Aas ble enstemmig valgt.

9.5.2 Valg av ett (1) varamedlem til styret

Valgkomiteens innstilling var Vilde Davidsen.

Vedtak: Vilde Davidsen ble enstemmig valgt.

10. Presidenten avsluttet Tinget

President Stian Grimseth takket ordstyrer for god og stødig gjennomført jobb. Deretter avsluttet han Tinget og takket alle for god debatt der alle som ønsket det fikk tilkjennegitt sitt syn.

I forbindelse med avslutningen av Tinget ba Rune Rasmussen om å få komme med en «protokolltilførsel». Tingets dirigent avviste dette og sa at Rasmussen kunne sende en merknad til styret etter Tinget.

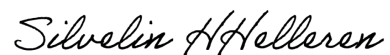
Gjøvik 09.07.2026

Nicolai Roness



Voll 10.07.2026

Silvelin Hansen Hellenen



Deltakere på NVFs ekstraordinære Ting

Møte, tale, forslags- og stemmerett

	Styret i NVF
1	President NVF – Stian Grimseth
2	Visepresident NVF – Christian Lysenstøen
3	Styremedlem NVF – Louisa Hjelmås
4	Styremedlem NVF – Arne Grostad
5	Fung. Styremedlem NVF – Erlend Raastad
	Klubbene
6	Aasgard FFV – Lise Arnesen
7	AK Bjørgvin – Johnny Sandvik
8	Breimsbygda IL – Julia Jordanger Loen
9	Bryggen AK-Trukket
10	Christiania AK – Emil Sætran
11	Førde IL – Tom Farsund
12	Larvik AK – Jostein Frøyd
13	Leangen AK – Hohint Wat
14	Grenland AK – Mats Olsen
15	Haugesund VK – Emma Hald
16	Hitra VK – John Birger Brevik
17	Nidelv IL – Johnny Block
18	Spydeberg Atletene – Maren-Elise Nilsen
19	Stavanger VK – Bern Petter Andersen
20	Tambarskjelvar IL – Ove Varlid
21	T&IL National - Else Karin Aas
22	Tromsø AK – Ragnhild Hakkebo
23	Trondheim AK – Øyvind Wiig Petersen
24	Tysvær VK – Dag Rønnevik
25	Tønsberg kameratene – Ruth Kasirye
26	Vigrestad IK – Tor Steinar Herikstad
27	Voll IL – Silvelin Hansen Hellenen
50	Gjøvik AK – Geir Karlsen
	Regionene
28	Nordenfjeldske VR – Randi Schei
29	Nord-Vestlandet VR – Ola Bergheim
30	Sør-Vestlandet VR – Hans Hagenes
31	Telem. og Vestf VR – Jan Robert Solli
32	Østlandet VR – Nicolai Roness
	Utøverkomiteen
33	Leder – Adrian Henneli

Møte og talerett og forslagsrett

34	Valgkomiteen – Steinar Kvame
35	Kontrollutvalget – Rune Rasmussen
36	Kontrollutvalget – Ketil Wiik Johnsen

Møterett og talerett

37	NIFs representant – Stein Nilsen -
38	Generalsekretær NVF – Tryggve Duun

Påmeldt uten talerett

	NVFs administrasjon
	Organisasjonskonsulent Emelie Nilsen
	Observatører
	Hitra VK – Runar Klungervik
	Høybråten og Stovner IL – Iris Millstein
	Larvik AK – Kira Ingelsrudøyen
	Leangen AK – Andreas Naavik
	Nidelv IL – Solveig Fredriksen
	Tambarskjelvar IL – Anette Skjærli
	Tysvær VK – Stefan Rønnevik
	Nord-Vestlandet VR – Kaia Arnøy Høyheim
	Østlandet VR – Celine Bertheussen

Påmeldte vararepresentanter

	Breimsbygda IL – Camilla Øvrebø Feldt
	Hitra VK – Runar Klungervik
	Tambarskjelvar IL – Anette Skjærli
	Telemark og Vestfold VR – Kira Ingelsrudøyen
	Østlandet VR – Celine Bertheussen
	Utøverkomiteen – Rasmus Heggvik Aune