



# ÅRSBERETNING 2018



Roger Behrmann Myrholt, IF Tønsberg Kameratene støter 177 kg i klasse 77 kg under EMU23 i Zamosc.

## NORGES VEKTLØFTERFORBUNDS TING 2019

## Innholdsfortegnelse

1.	INNLEDNING.....	3
2.	FORBUNDSTINGET 2018 .....	4
3.	NVFS ADMINISTRASJON OG UTVALG .....	4
4.	IDRETTSREGISTRERINGEN 2017 .....	6
5.	REGIONER OG MEDLEMSKLUBBER .....	6
6.	REPRESENTASJON .....	7
7.	KONGRESSER VED INTERNASJONALE MESTERSKAP.....	8
8.	INTERNASJONAL DOMMEROPPGAVER.....	9
9.	MØTER .....	9
10.	DELTAKELSE I KURS – UTDANNING .....	10
11.	NORSKE MESTERSKAP 2018   Komplette resultater <a href="http://www.vektlofting.no">www.vektlofting.no</a> .....	11
12.	INTERNASJONALE MESTERSKAP, KONKURRANSER.....	20
13.	NORGES CUP 2018.....	24
14.	STATISTIKK 2018.....	25
15.	RAPPORT FRA SPORTSSJEFEN ÅRET 2018 .....	28
16.	RAPPORT FRA VETERAN AKTIVITETEN 2018. ....	29
17.	RAPPORT FRA REGIONENES AKTIVITET 2018.....	30
18.	UTDANNINGSKONSULENTEN VEDRØRENDE UTDANNING 2018 .....	33
19.	ÅRSRAPPORT FRA TEKNISK UTVALG 2018 .....	34
20.	STYRETS BERETNING 2018 .....	37
21.	NORGES VEKTLØFTERFORBUND DRIFT .....	38
22.	REGNSKAPET 2018 .....	39
22.1	Generelt.....	39
22.2	Resultatregnskapet og balanse 2018 .....	39

# 1. INNLEDNING

## Presidentens forord

Det første jeg vil si er takk! Takk for nok et innholdsrikt år med mye løfteglede og engasjement. Takk for samarbeidet og de gode idrettsopplevelsene. 2018 har vært et år med økning av antall medlemmer, og NVF har attpåtil fått flere tilsluttede klubber.

*Velkommen skal dere være.*

Utviklingsarbeidet ble revitalisert i 2018. Vår nye utdanningskonsulent har i samarbeid med utdanningsutvalget utarbeidet nye kurs som skal bidra til å lette rekrutteringsarbeidet i klubbene. Dette nevner jeg spesielt for å anmode alle klubber om å benytte instruktørutviklingskursene i større grad fremtiden. De nye 10-timerskursene er opprettet som et lavterskelalternativ til de ordinære 20-timerskursene, og bør være overkommelig å gjennomføre for mindre klubber. Husk at klubbene får penger rett i kassa for dette arbeidet, og det kan være et kjærkomment tilskudd til aktivtetsarbeidet.

2018 har også vært et år med endringer, og da tenker jeg særlig på prosessen i forbindelse med nye vektklasser. De nye vektklassene ble iverksatt 1. november og i kjølvannet av dette ble det også satt nye rekordstandarder. Det ble satt mange rekorder etter at standardene ble publisert, og er det noe generalsekretæren trives ekstra godt med, så er det å skrive diplomer!

I 2018 oppnådde vi også status som Rent Særforbund. Det er et systematisk arbeid med handlings- og beredskapsplaner som ligger bak, samt jevnlig holdningssskapende arbeid. Samarbeidet med Antidoping Norge har vært godt, og det er viktig å fremheve at vi ikke har oppnådd et endelig mål, men at holdningsarbeidet er en kontinuerlig innsats på klubb-, region- og forbundsnivå. Å være Rent Særforbund er forpliktende. Nylig ble Rent Idrettslag fornyet, og det er en fin anledning for klubbene å re-sertifisere seg med det nye verktøyet.

Vi er inne i en kvalifiseringsperiode til OL 2020. Jeg beundrer den innsatsen som legges ned i forbindelse med de krevende kvalifiseringsrundene, og takker så langt for helhjertet innsats på plattingen i 2018. Vi kan se tilbake på noen fantastiske prestasjoner, og forsidebildet er valgt for å illustrere dette.

Takk for 2018. Vi ses!

Hilde Næss  
President

## 2. FORBUNDSTINGET 2018

Tinget ble avholdt ved Quality Airport Hotell Gardermoen den 18 mars

### Delegater

Det møtte totalt 44 deltakere inklusive styret, ansatte, observatører og gjester – herav 24 stemmeberettiget.

### Valgt protokollfører

Tiril Tøien

### Valgt til å underskrive protokollen

Mia Tiller Mjøs fra Trondheim AK og Hans Bjørnar Hagenes fra Vigrestad IK

### Regnskap 2017

Regnskapet enstemmig vedtatt

### Budsjett 2018

Budsjettet ble enstemmig vedtatt

## 3. NVFS ADMINISTRASJON OG UTVALG

### Forbundsstyret.

President	Hilde Næss	Lørenskog AK
Visepresident	Tryggve Duun	Trondheim AK
Medlem	Børge Aadland	A.K. Bjørgvin
Medlem	Katarina Sederholm Hoff	Stjørdal AK
Medlem	Fredrik Kvist Gyllensten	Christiania AK
Varamedlem	Tor Steinar Herikstad	Vigrestad IK
Varamedlem	Aasta Fjærli Rønning	Oslo AK (valgt i 2018 som ny 2.varamedlem)

### Arbeidsutvalg (AU)

President	Hilde Næss	Lørenskog AK
Visepresident	Tryggve Duun	Trondheim AK
Styremedlem	Børge Aadland	AK Bjørgvin

### Sportsutvalg (SU)

Styremedlem	Børge Aadland	Styrets representant
Medlem	Johan Thonerud	Østlandet VR
Medlem	Kristin Solbakken	Nordenfjeldske VR
Medlem	Yngve Apneseth	Nord Vestlandet VR
Sekretær	Jarleif Amdal	Sportssjef:

### Antidopingutvalg (ADU)

President	Hilde Næss	Lørenskog AK
Medlem	Ingvild Pettersen Ervik	I.F. Tønsberg Kameratene
Medlem	Katarina Hoff	Stjørdal AK

### Tekniskutvalg (TU)

Styremedlem	Tryggve Duun	Trondheim AK
Medlem	Rebecca Tiffin	Oslo AK
Medlem	Tor Steinar Herikstad	Vigrestad IK

### Økonomiutvalget (ØU)

Styremedlem	Katarina S. Hoff	Stjørdal AK
Medlem	Fredrik Kvist Gyllensten	Christiania AK

### **Anleggsutvalg (ANU)**

Styremedlem	Katarina S. Hoff	Stjørdal AK
Medlem	Eskil Forås	Trondheim AK
Medlem	Jostein Frøyd	Larvik AK

### **Utdanningsutvalg (UU)**

Trenerløypa ansvarlig	Jan Egil Trøan	Nordenfjeldske VR
Dommeransvarlig	Eirik Mølmsaug	Østlandet VR
Barne- og ungdomsansvarlig	Lars Espedal	Sør-Vestlandet VR
Sekretær klubb utviklingsansvarlig	Tiril Tøien	Utdanningskonsulent

### **Hedersmerke utvalg (HU)**

Jan Nystrøm	Trondheim Atletklubb
Johan Thonerud	Spydeberg Atletene

### **Styrets representant ift Olympiatoppen**

Styremedlem	Børge Aadland	AK Bjørgvin
-------------	---------------	-------------

### **Kontaktperson i styret funksjonshemming**

Hilde Næss	Lørenskog AK
------------	--------------

### **Veteran kontaktperson i NVF**

Jan Nystrøm	Trondheim AK
-------------	--------------

### **Ombudsperson**

Rebecca Tiffin	Oslo AK
----------------	---------

### **Ansatte**

Generalsekretær  
Arne Grostad ansatt i 50 % stilling

Sportsjef/trener  
Jarleif Amdal ansatt i 40% stilling

Utdanningskonsulent  
Tiril Tøien ansatt i 40% stilling

### **Kontrollkomite**

Leder	Jostein Frøyd	Larvik AK
Medlem	Steinar Kvame	Tambarskjelvar IL
Medlem	Johanna Wåsjø	Oslo AK
Varamedlem	Rebecca Tiffin	Oslo AK
Varamedlem	Johnny Sandvik	AK Bjørgvin

### **Valgkomite.**

Leder	Johan Thonerud	Spydeberg Atletene
Medlem	Elisabeth Settem	Trondheim Atletklubb
Medlem	Jørn Helgheim	Tambarskjelvar IL
Varamedlem	Jon Petter Ueland	Vigrestad IK

### **Revisor.**

Revisorfirma Bjørn Gundersen AS

## 4. IDRETTSREGISTRERINGEN 2017

Aktivitets tall pr gren	Ant grrp	Kvinner						Menn						Sum
		0-5	6-12	13-19	20-25	26-	Sum	0-5	6-12	13-19	20-25	26 -	Sum	
Vektløfting		2	160	308	306	662	1438	2	146	413	398	1254	2213	3651
5-kamp	17	1	2	27	53	73	156	0	2	48	60	168	278	434
Vektløfting	41	1	158	281	253	589	1282	2	146	413	398	1254	2213	3651
NVF		2	160	308	306	662	1438	2	146	413	398	1254	2213	3651

## 5. REGIONER OG MEDLEMSKLUBBER

### Nordenfjeldske vektløfterregion

Alta Atletklubb (AAK)	GR20120002470	Dennis Sivertsen	<a href="mailto:atletklubbenalta@gmail.com">atletklubbenalta@gmail.com</a>
Bodø Atletklubb (BAK)	GR18040134470	Anders Grønmo	<a href="mailto:bodo.atletklubb@gmail.com">bodo.atletklubb@gmail.com</a>
Hitra Vektløfterklubb (HVK)	GR16170004470	John Birger Brevik	<a href="mailto:john@hitraturistservice.no">john@hitraturistservice.no</a>
Ilar, IL (IIL)	GR20270003470	Charles Petterson	<a href="mailto:john@hitraturistservice.no">john@hitraturistservice.no</a>
Kirkenes AK (KIA)	GR20300006470	Hallbjørg Wartainen	<a href="mailto:postmaster@kirkenes-ak.no">postmaster@kirkenes-ak.no</a>
Løken IL (LIK)	GR18480003470	Håvard Olsen	<a href="mailto:haol@nlsh.no">haol@nlsh.no</a>
Namsos Vektløfterklubb (NVK)	GR17030022470	Leif Hepsø	<a href="mailto:leif.hepso@ntebb.no">leif.hepso@ntebb.no</a>
Nidelv IL (NIL)	GR16010047470	Vegar Min Weiseth	<a href="mailto:vegarweiseth@gmail.com">vegarweiseth@gmail.com</a>
Orkanger IF (OIF)	GR16380005470	John Ivar Evjen	<a href="mailto:john_ivarevjen@hotmail.com">john_ivarevjen@hotmail.com</a>
Stjørdal Atletklubb (SAK)	GR17140072470	Katarina S. Hoff	<a href="mailto:katarina.hoff@ntebb.no">katarina.hoff@ntebb.no</a>
Tromsø Atletklubb (TRA)	GR19020249470	Michael Dalan	<a href="mailto:tromso.atletklubb@gmail.com">tromso.atletklubb@gmail.com</a>
Trondheim Atletklubb (TAK)	GR16010080470	Morten Krøtøy	<a href="mailto:morten.krotoy@gmail.com">morten.krotoy@gmail.com</a>

### Sør-Vestlandet Vektløfterregion

AK Bjørgvin (AKB)	GR12010059470	Arne H. Pedersen	<a href="mailto:arnehaap@gmail.com">arnehaap@gmail.com</a>
Arendal Styrke og VK (ASV)	GR09060155470	Birgitte Austefjord	<a href="mailto:birgitteaustefjord@gmail.com">birgitteaustefjord@gmail.com</a>
Flaktveit Idrettsklubb (FIK)	GR12010391470	Oddgeir Larsen	<a href="mailto:odla@flaktveit.no">odla@flaktveit.no</a>
Hannevikas IL (HAN)	GR10010016470	Eva.W.Edvardsen	<a href="mailto:eva.w.e56@gmail.no">eva.w.e56@gmail.no</a>
Haugesund VK (HAU)	R11060036470	Jarle Hammersvik	<a href="mailto:haugesund.vektlofter.klubb@gmail.com">haugesund.vektlofter.klubb@gmail.com</a>
Hillevåg AK (HAK)	GR11030311470	Rune Rasmussen	<a href="mailto:rune.rasmussen@sr-bank.no">rune.rasmussen@sr-bank.no</a>
Kristiansand AK (KAK)	GR10010034470	Gjermund Haslerud	<a href="mailto:gjermund.haslerud@uia.no">gjermund.haslerud@uia.no</a>
Milo IL (ILM)	GR12010141470	Paul Marhaug	<a href="mailto:paul@marhaug.com">paul@marhaug.com</a>
Stavanger VK (SVG)	GR11030055470	Bernt Petter Andersen	<a href="mailto:bpa@lyse.net">bpa@lyse.net</a>
Tysvær VK (TVK)	GR11460023470	Dag Rønnevik	<a href="mailto:tvk@tysvervk.net">tvk@tysvervk.net</a>
Vigrestad IK (VIK)	GR11190017470	Hans Hagenes	<a href="mailto:hans.hagenes@gagdata.no">hans.hagenes@gagdata.no</a>
Voll IL (VIL)	GR11200004470	Nina Andreassen Bjørkelund	<a href="mailto:post@vollil.no">post@vollil.no</a>
Åsane VK (AVK)	GR12010218470	Jørund Sundal	<a href="mailto:post@aavk.no">post@aavk.no</a>
Sotra Kraftsportklubb (SKK)	KL12460069	Isabel Carina Cloin	<a href="mailto:isabel@crossfitkystby.no">isabel@crossfitkystby.no</a>
Kvadraturen VK (KVK)	KL10010241	Frank Fredriksen	<a href="mailto:frank_fredriksen@hotmail.com">frank_fredriksen@hotmail.com</a>

### Nord-Vestlandet Vektløfterregion

Breimsbygda IL (BIL)	GR14450008470	Ola Bergheim	<a href="mailto:olalbergheim@gmail.com">olalbergheim@gmail.com</a>
Dale IL (DIL)	GR14290001470	Svein Åge Holstad	<a href="mailto:sholstad@gjolanger.no">sholstad@gjolanger.no</a>
Førde IL (FIL)	GR14320005470	Tor Starheim	<a href="mailto:post@fordeidrettslag.no">post@fordeidrettslag.no</a>
IL Brodd (ILB)	GR14450003470	Jørund Årdal	<a href="mailto:jorund.ardal@sfj.no">jorund.ardal@sfj.no</a>
Jølster IL (JIL)	GR14310001470	Evald Sandvik	<a href="mailto:evaldsandvik@hotmail.com">evaldsandvik@hotmail.com</a>
Modig IL (MIL)	GR14170006470	Siri Wølneberg Bøthun	<a href="mailto:siri@sbnatur.no">siri@sbnatur.no</a>
Tambarskjelvar IL (TIL)	GR14330001470	Jørn Helgheim	<a href="mailto:jornhelg@live.no">jornhelg@live.no</a>

## Telemark,Vestfold,Buskerud Vektløfterregion

Grenland Atletklubb (GAK)	GR08050055470	Gunnar Knudsen	gunnarknudsen64@gmail.com
IF Tønsberg-Kam (TKA)	GR07050024470	Per Marstad	pmarstad@broadpark.no
Larvik Atletklubb (LAK)	GR07090004470	Jostein Frøyd	jfroyd@online.no
Rjukan Idrettslag (RIL)	RGR08260007470	Ivar Bakstad	ivarbakstad30@gmail.com

## Østlandet Vektløfterregion

Christiania Atletklubb (CAK)	GR03011582470	Kristin Hagset	post@christianiaak.no
Gjøvik Atletklubb (GJK)	GR05020007470	Tor Kristoffer Klethagen	torkklethagen@gmail.com
Halden Styrke IL (HIL)	GR01010027470	Arnulf Wahlstrøm	arnwah@online.no
Idrettslaget Kraftsport (ILK)	GR02310006470	Heidi Hille Arnesen	heidi@getmail.no
Jeløy Atletklubb (JAK)	GR01040086470	Anca Buberg	anca@privatmegleren.no
Lenja Atletklubb (LEK)	GR01060099470	Oliver Buvarp Pettersen	oliverbp1999@icloud.com
Lørenskog Atletklubb (LOK)	GR02300011470	Eirik Mølmsaug	eirik.molmsaug@hotmail.no
Moss Styrkeidrettsklubb	GR01040024470	Edgar Kristiansen	kragde@yahoo.com
National, Turn og IL (NAT)	GR01050006470	Lars Joachim Nilsen	larsjonilsen@gmail.com
Oslo AK (OAK)	GR03011024470	Rebecca Tiffin	rebecca.tiffin@googlemail.com
Spydeberg Atletene (SPA)	GR01230011470	Johan Thonerud	johan@gymthonerud.no
Elverum AK (EAK)	KL 04270064	Robert Grønland	robertgronland@gmail.com

## Ledelse i regioner

Østlandet Vektløfterregion	Hans Martin Arnesen	Åsdalsveien 19 B, 1166 Oslo
Nord–Vestlandet Vektløfterregion,	Ola Bergheim	6826 Byrkjelo
Sør–Vestlandet Vektløfterregion	Hans Hagenes	Falkvegen 13, 4347 Lye_
Telemark, Vestfold og Buskerud Vektløfterregion,	Jostein Frøyd,	Minnehallv.20A, 3290 Stavern
Nordenfjeldsk Vektløfterregion	Mia Tiller Mjøs	Dyre Halse gt 9, 7042 Trondheim

## Regiontrenere

Østlandet Vektløfterregion	Egon Vee Haugen -	Fredrik Gyllensten
Nord–Vestlandet Vektløfterregion	Yngve Apneseth –	Bjarne Bergheim
Sør–Vestlandet Vektløfterregion	Larisa Imundruova	
Telemark, Vestfold og Buskerud Vektløfterregion	Jostein Frøyd	
Nordenfjeldsk Vektløfterregion	Ronny Fevåg – Geir Amund Svan Hasle	

## 6. REPRESENTASJON

### Ledermøte i NIF Gardermoen 25 – 26 mai

President Hilde Næss.  
Sportssjef Jarleif Amdal deltok ved dag to.

### NIF informasjonsmøte i regi av NIF 24. januar (vedrørende innsyn og pengebruk)

President Hilde Næss

President Hilde Næss valgt i arbeidsgruppe som formulerte Ledermøtets resolusjoner/uttalelse.

## **Særforbundenes fellesorganisasjon (SFF).**

President Hilde Næss medlem av arbeidsgruppe for ny handlingsplan i Særforbundenes Fellesorganisasjon (SFF).

Arbeidsgruppens møter: 24. januar, 5. februar, 14. mars.

Foruten President Hilde Næss deltok generalsekretær Arne Grostad og utdanningskonsulent Tiril Tøien ved noen av følgende møter i SFF

31. januar, 11. april, 3. mai (kombinert årsmøte og SFF-møte)

12. september, 21. november

## **Europeiske Vektløfterforbundet (EWF).**

Tryggve Duun er visepresident.

Tryggve Duun er leder av EWFs medisinske komite.

Tryggve Duun leder EWFs TV commission

## **Det Nordiska Tyngdlyftningsforbundet (NTF)**

Tryggve Duun, president.

Trond Kvilhaug, generalsekretær.

Hilde Næss, styremedlem

## **7. KONGRESSER VED INTERNASJONALE MESTERSKAP**

### **Europamesterskapet senior 23 mars-01 april 2018, Bucharesti, Romania.**

President Hilde Næss,  
Visepresident Tryggve Duun

### **EM Master Budapest 20 juni**

Jan Nystrøm

### **VM Master Barcelona 22 august**

Ronny Fevåg

### **Nordisk mesterskap senior 29-30 september, Island**

Hilde Næss,  
Jarleif Amdal  
Larisa Imundurova  
Ronny Fevåg

### **Nordisk mesterskap ungdom og junior 15 – 16 oktober 2018, Danmark**

Hilde Næss  
Jarleif Amdal,  
Tor Steinar Herikstad  
Sigvald Monsen  
Trond Kvilhaug



**EWF junior & u23 weightlifting championships 20-27 oktober 2018, Zamosc,Pololand**

Hilde Næss

**VM Ashgabat, Turkmerkistan 31 oktober 2018**

Sportssjef Jarleif Amdal

**8. INTERNASJONAL DOMMEROPPGAVER**

**Europamesterskapet senior 23 mars-01 april 2018, Bucharesti, Romania**

Tryggve Duun, juryleder.  
Hilde Næss, TO

**Europamesterskapet for Master, 06 – 16 juni, Budapest**

Jan Nystrøm

**Nordisk Mesterskap for seniorer i Hveragerði, Island 28-30. september 2018**

Hilde Næss  
Tryggve Duun

**Verdensmesterskapet for veteraner, 17 -25 august i Barcelona, Spania**

Jan Nystrøm

**Nordisk mesterskap ungdom og junior, København 15 – 16 oktober 2018**

Hilde Næss,  
Tor Steinar Herikstad  
Sigvald Monsen  
Trond Kvilhaug (kvalifisering til TO I)

**Europamesterskapet junior & u23 20-27 oktober 2018, Zamosc,Polen**

Tryggve Duun

**9. MØTER**

**WF Seminar for Coaching the Next Generation in Rome 2nd-4th February 2018**

Jarleif Amdal,  
Lars Espedal

**Infomøte vedr Draft IT NIF Ullevål 13 april**

Generalsekretær Arne Grostad

**Dialogmøte ADNO Ullevål 11 april.**

Hilde Næss

### **Dialogmøte med Olympiatoppen 23 mai**

Styrets kontakt ift OLT Børge Aadland,  
Sportssjef Jarleif Amdal

### **EFW Technical Officials' Seminar & Workshop in Slagelse, Denmark**

Trond Kvilhaug

### **Møte ifm Mentorprogrammet for Unge ledere 28. august, Ullevål. (NIF og Studentidretten)**

President Hilde Næss

### **Anleggsseminar i regi av NIF og SFF 29 august**

President Hilde Næss

### **Evaluering av forvaltningsordningene Ullevål 12 september**

President Hilde Næss  
Generalsekretær Arne Grostad  
Utdanningskonsulent Tiril Tøien

### **Samråd i regi NIF (ifm moderniseringsprosjektet) 15 oktober**

President Hilde Næss

## **10. DELTAKELSE I KURS – UTDANNING**

### **Studentidretten/NIF Mentorprogram for kvinnelige ledere.**

President Hilde Næss er mentor  
Utdanningskonsulent Tiril Tøien er adept

### **Mentorprogram for unge ledertalenter 2018/2019**

I regi av Studentidretten og NIF. Eirik Mølmshaug deltar.

### **Utviklingsprogrammet «Trenerløftet» i regi av Olympiatoppen**

Yngve Apneseth, Tambarskjelvar IL kommet inn med oppstart i 2019.

## 11. NORSKE MESTERSKAP 2018

Komplette resultater [www.vektlofting.no](http://www.vektlofting.no)

### Norgesmesterskapet for senior 16 – 18 februar. Naustdal, Tambarskjelvar IL

#### 10 på topp ranking kvinner Kongepokal

53	52,43	SK	Sarah Hovden Øvsthus	AK Bjørgvin	76	96	172	254,90
58	57,48	SK	Sol Anette Waaler	Trondheim AK	80	103	183	254,29
63	61,83	SK	Ine Andersson	Tambarskjelvar IL	85	106	191	253,22
63	62,02	SK	Zekiye C. Nyland	Tysvær VK	86	104	190	251,41
69	66,33	SK	Marit Årdalsbakke	Tambarskjelvar IL	91	105	196	249,20
53	52,98	SK	Rebekka Tao Jacobsen	Larvik AK	73	94	167	245,62
69	67,04	SK	Janne Skorpen Knudsen	AK Bjørgvin	79	105	184	232,53
53	52,94	SK	Sandra Trædal	Tambarskjelvar IL	68	90	158	232,51
75	71,91	SK	Melissa Schanche	Spydeberg Atletene	82	95	177	215,36
69	66,87	SK	Marie Mossige Grythe	Spydeberg Atletene	75	95	170	215,15

#### 10 på topp ranking menn Kongepokal

+105	115,93	SM	Kim Eirik Tollefsen	Tønsberg-Kam.	159	197	356	376,57
85	84,36	SM	Roger B. Myrholte	Tønsberg-Kam.	137	175	312	371,77
+105	132,46	SM	Vebjørn Varlid	Tambarskjelvar IL	162	183	345	354,04
94	93,78	SM	Håvard Grostad	Nidelv IL	138	173	311	353,56
105	103,15	SM	Sindre Rørstadbotnen	Tambarskjelvar IL	135	171	306	335,57
85	85,00	SM	Mats Olsen	Tønsberg-Kam.	120	157	277	328,88
77	73,76	SM	Jantsen Øverås	Tambarskjelvar IL	117	140	257	328,48
85	84,95	SM	Yngve Apneseth	Tambarskjelvar IL	120	156	276	327,78
94	91,78	SM	Tore Gjøringbø	Tambarskjelvar IL	125	160	285	326,93
94	87,44	SM	Leik Simon Aas	T & IL National	123	154	277	324,58

#### Medaljevinnere kvinner

##### 53 kg

Nr 1	52,43	20.03.94	Sarah Hovden Øvsthus, AK Bjørgvin	76	96	172	254,90
Nr 2	52,98	12.09.96	Rebekka Tao Jacobsen, Larvik AK	73	94	167	245,62
Nr 3	52,94	17.12.92	Sandra Trædal, Tambarskjelvar IL	68	90	158	232,51

##### 58 kg

Nr 1	57,48	14.08.92	Sol Anette Waaler, Trondheim AK	80	103	183	254,29
Nr 2	57,55	16.06.96	Kamilla Storstein Grønnestad, Tysvær VK	69	83	152	211,04
Nr 3	57,51	10.10.91	Kristin Solbakken, Nidelv IL	65	85	150	208,36

##### 63 kg

Nr 1	61,8	17.08.89	Ine Andersson, Tambarskjelvar IL	85	106	191	253,22
Nr 2	62,02	23.04.90	Zekiye C. Nyland, Tysvær VK	86	104	190	251,41
Nr 3	62,48	10.09.93	Celine Mariell Bertheussen, Spydeberg AT	66	86	152	200,22

##### 69 kg

Nr 1	66,33	11.05.92	Marit Årdalsbakke, Tambarskjelvar IL	91	105	196	249,20
Nr 2	67,04	27.03.92	Janne Skorpen Knudsen, AK Bjørgvin	79	105	184	232,53
Nr 3	66,87	02.02.84	Marie Mossige Grythe, Spydeberg AT	75	95	170	215,15

**75 kg**

Nr 1	71,91	01.01.89	Melissa Schanche, Spydeberg AT	82	95	177	215,36
Nr 2	74,08	13.03.99	Maren Fikse, Gjøvik AK	76	87	163	195,36
Nr 3	73,53	02.08.91	Tiril Tøien, Nidelv IL	72	89	161	193,69

**90 kg**

Nr 1	75,46	14.11.85	Marianne Hasfjord, AK Bjørgvin	77	100	177	210,23
Nr 2	79,67	15.06.94	Martine Halvorsen Sønju, Trondheim AK	82	94	176	203,83
Nr 3	80,70	10.09.91	Venke Bergum AK Bjørgvin	75	92	167	192,23

**Medaljevinnere menn****62 kg**

Nr 1	61,15	19.12.00	Marcus Bratli, AK Bjørgvin	90	116	206	296,16
Nr 2	61,16	24.09.00	Kim Aleksander Kværnø, Hitra VK	88	108	196	281,75

**69 kg**

Nr 1	68,83	14.04.91	Daniel Roness, Spydeberg Atletene	100	125	225	299,53
Nr 2	68,22	09.11.96	Runar Klungervik, Hitra VK	94	110	204	273,07
Nr 3	63,71	04.01.00	Robert Andre Moldestad, Breimsbygda IL	91	110	201	281,08

**77 kg**

Nr 1	73,76	02.10.94	Jantsen Øverås, Tambarskjelvar IL	117	140	257	328,48
Nr 3	75,26	06.05.95	Johan Fredrik Murberg, Larvik AK	115	132	247	312,16
Nr 3	75,90	02.05.90	Fredrik Kvist Gyllensten, Christiania AK	105	130	235	295,62

**85 kg**

Nr 1	84,36	05.01.95	Roger B. Myrholt, Tønsberg-Kam.	137	175	312	371,77
Nr 2	85,00	19.07.95	Mats Olsen, Tønsberg-Kam.	120	157	277	328,88
Nr 3	84,95	11.10.86	Yngve Apneseth Tambarskjelvar IL	120	156	276	327,78

**94 kg**

Nr 1	93,78	07.09.88	Håvard Grostad, Nidelv IL	138	173	311	353,56
Nr 2	91,78	16.03.95	Tore Gjöringbø, Tambarskjelvar IL	125	160	285	326,93
Nr3	87,44	11.01.89	Leik Simon Aas, T & IL National	123	154	277	324,58

**105 kg**

Nr 1	103,15	21.11.92	Sindre Rørstadbotnen, Tambarskjelvar IL	135	171	306	335,57
Nr 2	104,69	23.06.87	Tor Kristoffer Klethagen, Gjøvik AK	130	157	287	313,14
Nr 3	104,07	30.03.76	Børge Aadland, AK Bjørgvin	118	158	276	301,75

**+105 kg**

Nr 1	115,93	24.12.89	Kim Eirik Tollefsen, Tønsberg-Kam.	159	197	356	376,57
Nr 2	132,46	08.07.90	Vebjørn Varlid, Tambarskjelvar IL	162	183	345	354,04
Nr 3	113,85	17.11.91	Tord Gravdal,, Vigrestad IK	112	156	268	284,91

**Norgesmesterskapet for veteran 16 mai, Vigrestad, Vigrestad IK****Kvinner**

1	AASEN Jannicke	Hillevåg AK	62,42	63	19810910	35-39	60	88	148	195,07	213,79
1	FOLKESTAD Oddry	Trondheim AK	63,70	69	19821123	35-39	63	82	145	188,77	204,44
1	OVERHOLDT Renate	Trondheim AK	73,20	75	19800612	35-39	31	44	75	90,43	100,29
1	LINDSET Trine	Tambarskjelvar									
1	Munkvold	IL	76,56	90	19790320	35-39	55	68	123	145,08	162,78
1	ENDRESEN Ingeborg	AK Bjørgvin	90,18	+90	19800526	35-39	54	67	121	133,28	147,80
1	IZUMRUDOVA Larisa	Vigrestad IK	67,96	69	19780404	40-44	53	65	118	147,99	167,97
1	LOY Siren	AK Bjørgvin	70,00	75	19770720	40-44	47	70	117	144,39	165,90
1	NYLAND Anna Røed	Haugesund VK	62,57	63	19730517	45-49	51	66	117	153,98	185,24
1	MELAND Kine	Trondheim AK	66,26	69	19720710	45-49	39	48	87	110,68	134,81
1	MONSEN Jorunn	Hillevåg AK	84,86	90	19700410	45-49	30	45	75	84,56	105,53

1	LUNDBERG Eva Grøndahl	Spydeberg Atletene	86,90	90	19660519	50-54	35	40	75	83,77	110,24
---	--------------------------	-----------------------	-------	----	----------	-------	----	----	----	-------	--------

## Menn

1	KOLSTØ Morten	Hillevåg AK	72,82	77	19820215	35-39	80	103	183	235,62	255,17
1	RIISEM Edvin	Hillevåg AK	84,24	85	19831026	35-39	83	105	188	224,17	240,31
1	ØSTHUS Ørjan	Haugesund VK	92,51	94	19800124	35-39	121	147	268	306,40	339,80
1	GJERSVIK Morten	Vigrestad IK	102,73	105	19820726	35-39	95	130	225	247,10	267,60
2	HOFF Øystein Sæten	AK Bjørgvin	95,63	105	19820220	35-39	85	116	201	226,72	245,54
1	HARALDSEN David	T&IL National	133,89	+105	19821126	35-39	110	135	245	250,93	271,76
1	MATNISDAL Ronny	Vigrestad IK	72,21	77	19780615	40-44	120	137	257	332,50	377,39
1	ENGER Fredrik	AK Bjørgvin	82,91	85	19770503	40-44	80	101	181	217,49	249,90
1	BOYE Jon	Arendal S & VK	92,90	94	19751001	40-44	103	120	223	254,51	299,30
2	SZIGETI Juraj	Hillevåg AK	85,84	94	19780113	40-44	85	100	185	218,63	248,15
1	AADLAND Børge STANDNES Svein	AK Bjørgvin	104,95	105	19760330	40-44	114	155	269	293,26	340,77
1	Gunnar	AK Bjørgvin	108,53	105+	19780415	40-44	90	115	205	221,07	250,91
1	ERIKSEN Ståle	Alta AK	61,92	62	19700120	45-49	77	91	168	239,47	298,86
1	WIİK Bjørn Tore	Namsos VK	83,08	85	19710911	45-49	84	98	182	218,47	269,38
2	WICK Rolf	Hillevåg AK	83,69	85	19700615	45-49	65	90	155	185,40	231,38
1	HAMMERSVIK Jarle	Haugesund VK	92,18	94	19720924	45-49	102	135	237	271,37	330,53
1	MONSEN John Kåre	Hillevåg AK	107,05	105+	19730613	45-49	102	110	212	229,62	276,23
2	SAXEGÅRD Runar	Lenja AK	120,25	105+	19700124	45-49	55	86	141	147,74	184,38
1	RØNNEVIK Dag	Tysvær VK	93,23	94	19680702	50-54	70	102	172	196,01	250,70
2	KLINKENBERG Dag A.	Hillevåg AK	87,00	94	19650328	50-54	76	95	171	200,84	268,72
3	DUUN Tryggve	Trondheim AK	89,52	94	19650408	50-54	73	92	165	191,32	255,99
1	HERFJORD Jøran	Trondheim AK	101,55	105	19670112	50-54	100	128	228	251,41	326,09
2	AAS Ole Jakob HERIKSTAD Tor Steinar	T&IL National	97,60	105	19640305	50-54	88	112	200	223,80	304,60
1	GULVIK Terje	Vigrestad IK	105,47	105+	19650926	50-54	80	101	181	197,00	263,58
1	SVENDSEN Freddy	Larvik AK	91,60	94	19610904	55-59	92	123	215	246,83	354,70
1	VEE-HAUGEN Egon	Lenja AK	108,18	105+	19621117	55-59	60	80	140	151,12	213,24
1	SÆLAND Vidar	Grenland AK	75,72	77	19541217	60-64	75	93	168	211,61	344,71
1	ANDERSEN Tormod	Vigrestad IK	83,18	85	19571223	60-64	80	104	184	220,74	340,17
2	JOHANSEN Rune	Lenja AK	80,77	85	19561201	60-64	60	70	130	158,26	248,15
1	PETTERSEN Rune	Lenja AK	105,29	105+	19570925	60-64	80	115	195	212,36	327,24
1	MONSEN Sigvald	Larvik AK	107,93	105+	19530819	65-69	60	95	155	167,44	278,45
1	SAGMYR Kåre	Hillevåg AK	68,47	69	19470818	70-74	45	53	98	130,88	249,99
1	JENSSEN Leif	Nidelv IL Spydeberg Atletene	73,44	77	19441030	70-74	45	62	107	137,10	282,42
1	WÅGAN William	Atletene	84,75	85	19480319	70-74	60	75	135	160,51	299,67
2	WINNBERG Sverre	Namsos VK	82,48	85	19460607	70-74	43	55	98	118,06	230,57
1	HEPSØ Leif	Namsos VK	85,50	94	19480623	70-74	53	70	123	145,63	271,90
1	NYSTRØM Jan	Namsos VK	100,17	105	19440108	70-74	61	85	146	161,79	333,29
1	ENDRESEN Paul	Namsos VK	107,31	105+	19440604	70-74	68	92	160	173,16	356,71
1	BJØRNSEN Tore	Trondheim AK	107,31	105+	19440604	70-74	68	92	160	173,16	356,71
1	BJERKHOLT Roald	Stavanger VK	61,45	62	19421024	75-79	47	63	110	157,61	343,76
1	BJERKHOLT Kolbjørn	Stavanger VK	71,77	77	19431212	75-79	60	80	140	181,78	384,82
1	LIE Bjørn	Larvik AK	97,21	105	19400530	75-79	50	60	110	123,28	287,99
1	SLETSJØ Aage	Larvik AK	108,69	105+	19431213	75-79	56	65	121	130,42	276,10
1	SLETSJØ Aage	Namsos VK	73,70	77	19360127	80-84	23	37	60	76,72	207,31
1	SLETSJØ Aage	Larvik AK	100,11	105	19380519	80-84	47	60	107	118,60	296,97

## Norgesmesterskapet for junior 28 april i Larvik, Larvik AK

### Medaljevinnere jenter

#### 48kg

1	47,20	21.01.99	Emma Bergstein Bergh, Tønsberg Kam	37	48	85	136,55
---	-------	----------	------------------------------------	----	----	----	--------

#### 53kg

1	51,41	24.09.00	Tiril Boge, AK Bjørgvin	59	75	134	201,49
2	52,58	07.04.04	Ronja Lenvik, Hitra VK	44	58	102	150,85
3	52,11	26.04.04	Åse Johanne Berge, Hitra VK	36	47	83	123,56

#### 58kg

1	58,76	21.01.01	Sofie Prytz Løwer, Larvik AK	58	67	125	171,18
2	62,72	31.05.00	Andrine Sandved Hestenes, Haugesund VK	53	70	123	161,64
3	58,01	20.01.00	Oda Helen Sunde Svendsen, Jølster IL	55	66	121	167,11

#### 69kg

1	67,80	13.10.00	Martine Warvik Hasseløy Haugesund VK	55	71	126	158,23
2	67,19	12.05.99	Cathrine Horneland, Haugesund VK	54	66	120	151,46
3	64,67	12.04.00	Marthe Knutsen Tysvær VK	54	68	115	148,38

#### 75kg

1	74,44	13.03.99	Maren Fikse, Gjøvik AK	82	96	178	212,83
2	73,06	23.06.00	Vilde Sårheim, Breimsbygda IL	57	67	124	149,66
3	72,94	02.12.01	Amalie Straume, Trondheim AK	46	56	102	123,21

#### 90kg

1	82,72	16.05.99	Åshild Haugsgjerd, Haugesund VK	56	74	130	148,12
2	75,90	22.04.00	Kristina Støfring, Jølster IL	56	68	124	146,87

#### +90kg

1	93,52	26.08.99	Tiril Andrea Skeie Sætran Haugesund VK	58	75	133	144,64
---	-------	----------	--	----	----	-----	--------

### Medaljevinnere gutter

#### 62kg

1	61,46	19.12.00	Marcus Bratli, AK Bjørgvin	90	115	205	293,70
2	60,22	24.09.00	Kim Aleksander Kværnø, Hitra VK	88	107	195	283,34

#### 69kg

1	67,42	23.02.98	Benedik Dalen Stavanger VK	90	115	205	276,42
2	64,14	04.01.00	Robert Andre Moldestad Breimsbygda IL	88	115	203	282,62

#### 77kg

1	76,84	08.12.01	Øystein Aleksander Skauge, Nidelv IL	100	120	220	274,90
2	70,28	02.01.01	Aron Süßmann, Stavanger VK	90	105	195	256,35
3	76,52	26.09.01	Remy Aune, Hitra VK	75	94	169	211,65

#### 85kg

1	80,67	01.02.02	Dennis Lauritsen, Larvik AK	97	108	205	249,72
2	80,63	24.02.01	Håkon Eike Litland, AK Bjørgvin	88	105	193	235,16
3	80,00	24.02.98	Sigurd Kristoffer Notøy, AK Bjørgvin	85	105	190	232,43

#### 94kg

1	90,08	02.12.00	Daniel Solberg, Tønsberg Kam	80	104	184	212,77
2	85,48	17.05.00	John Vidar Lund, Lenja AK	78	105	183	216,70
3	90,00	22.11.01	Mikal Akset, Hitra VK	73	95	168	194,34

#### 105kg

1	98,76	22.08.98	Ole-Kristoffer Sørland, Breimsbygda IL	85	116	201	223,92
---	-------	----------	--	----	-----	-----	--------

#### +105kg

1	107,34	23.03.00	Kristen Brosvik, AK Bjørgvin	101	135	236	255,39
2	111,77	19.06.01	Ragnar Holme, Tambar skjelvar IL	105	130	235	251,16

## Norgesmesterskapet i 5 kamp 15 september i Stavernhallen, Larvik AK:

### Medaljevinnere jenter

#### Jenter 13-14:

1	52,62	Åse Johanne Berge, Hitra VK	44	58	6,44	11,56	7,24	544,88
2.	50,38	Ronja Lenvik, Hitra VK	47	52	6,47	10,12	7,27	530,09
3.	86,31	Carmen Grimseth, Tambarskjelvar.IL	48	62	5,18	10,28	8,70	416,50

#### Jenter 15-16:

1	57,19	Julia Jordanger Loen, Breimsbygda IL	54	73	7,17	13,86	6,64	640,35
2	86,73	Erika Jellestad, Vigrestad IK	42	50	5,41	9,85	8,60	395,95
3	60,07	Iselin Mehl Brekkhus, Vigrestad IK	32	42	5,54	8,83	8,27	395,82

#### Jenter 17-18:

1	51,10	Tiril Boge, AK Bjørgvin	61	75	7,87	12,94	6,93	666,25
2	56,38	Helene Skuggedal, Larvik AK	55	70	7,14	10,50	7,29	577,47
3	60,39	Ida Vaka, Tysvær VK	50	63	6,80	9,76	7,14	537,81

#### Jenter over 18:

1	52,66	Sarah Hovden Øvsthus, AK Bjørgvin	73	98	7,68	15,55	6,63	759,79
2	64,81	Marit Årdalsbakke, Tambarskjelvar.IL	87	102	7,63	15,37	6,73	741,93
3	64,42	Marie Mossige Grythe, Spydeberg AT	80	100	7,46	12,33	6,58	700,16

### Medaljevinnere gutter

#### Gutter 13-14:

1	64,35	Henrik Reiakvam, Tambarskjelvar IL	68	86	7,85	14,51	6,76	701,34
2	61,90	Joachim Offman, Tambarskjelvar IL	63	77	7,93	15,61	6,75	697,83
3	66,28	Kristen Røyseth, Tambarskjelvar IL	64	84	7,85	15,03	6,94	684,40

#### Gutter 15-16:

1	85,24	Dennis Lauritsen, Larvik AK	95	112	7,17	14,28	7,05	711,01
2	60,21	Mats Hofstad, Trondheim AK65	65	85	7,83	12,62	6,55	693,00
3	71,59	Anders Vik, AK Bjørgvin	55	74	8,23	16,50	6,39	691,39

#### Gutter 17-18:

1	65,39	Robert A. Moldestad, Breimsbygda IL	88	112	8,76	14,40	5,89	827,56
2	82,58	Håkon Eik Litland, AK Bjørgvin	102	118	8,14	15,05	6,52	782,20
3	81,49	Bernt Andre Midtbø, Breimsbygda IL	75	106	8,71	16,95	6,40	767,88

#### Gutter over 18:

1	118,81	Kim Eirik Tollefsen, Tønsberg-Kam.	60	202	9,01	19,75	6,97	973,99
2	87,16	Roy S. Ommedal, Vigrestad IK	09	150	8,67	16,40	6,42	858,52
3	75,77	Jantsen Øverås, Tambarskjelvar IL	115	136	8,72	15,60	6,65	857,25

## Norgesmesterskapet for ungdom 3 november Vigrestad, Vigrestad IK

### Medaljevinnere jenter

#### Klasse 49kg.

Nr 1	47,76	07.04.04	Ronja Lenvik	Hitra VK	40	53	93	148,00
Nr 2	45,97	13.03.05	Sandra Nævdal	AK Bjørgvin	38	53	91	149,36
Nr 3	48,00	11.09.01	Sandra Munkhaugen	Nidelv IL	32	47	79	125,22

#### Klasse 55kg.

Nr 1	52,41	26.09.04	Åse Johanne Berge	Hitra VK	44	60	104	154,17
Nr 2	53,60	20.10.05	Thea Andersen Larsen	Larvik AK	38	45	83	121,06

Nr 3	53,01	15.09.05	Trine Endestad Hellevang	Tambarskjelvar IL31	39	70	102,91
------	-------	----------	--------------------------	---------------------	----	----	--------

#### Klasse 59kg

Nr 1	56,88	28.02.02	Julia Jordanger Loen	Breimsbygda IL	58	77	135	188,92
Nr 2	58,10	11.01.01	Helene Skuggedal	Larvik AK	57	77	134	184,88

#### Klasse 64kg

Nr 1	60,14	21.01.01	Sofie Prytz Løwer	Larvik AK	52	64	116	156,49
Nr 2	62,67	09.02.01	Hedda Hauge Aasgård	AK Bjørgvin	48	60	108	142,00
Nr 3	63,53	17.08.05	Linn Christina Larssen	Larvik AK	33	46	79	103,01

#### Klasse 69kg

Nr 1	65,51	18.01.01	Hannah Økland	Trondheim AK	50	63	113	144,70
Nr 2	66,48	21.05.03	Vår Eik Litland	AK Bjørgvin	50	62	112	142,22
Nr 3	65,68	14.03.04	Tine Pedersen	Tysvær VK	33	48	81	103,57

#### Klasse 76kg

Nr 1	72,55	02.12.01	Amalie Straume	Trondheim AK	49	61	110	133,23
Nr 2	71,71	25.09.03	Camilla Strand	Larvik AK	39	43	82	99,92

#### Klasse 81kg

Nr 1	78,91	22.03.01	Oda Marie Myklebust	AK Bjørgvin	48	71	119	138,41
------	-------	----------	---------------------	-------------	----	----	-----	--------

#### Klasse +81kg

Nr 1	84,71	27.05.04	Carmen Grimseth	Tambarskjelvar IL	51	65	116	130,88
Nr 2	86,57	17.01.02	Erika Jellestad	Vigrestad IK	50	60	110	123,04

### Medaljevinnere gutter

#### Klasse 49kg

Nr 1	45,17	22.02.05	Magnus Børøsdund	Nidelv IL	42	50	92	167,90
Nr 2	46,31	04.03.05	Stefan Rønnevik	Tysvær VK	28	40	68	121,41

#### Klasse 55kg

Nr 1	54,10	13.01.04	Lasse Bye	Nidelv IL	41	50	91	143,04
------	-------	----------	-----------	-----------	----	----	----	--------

#### Klasse 61kg

Nr 1	61,00	01.09.02	Mats Hofstad	Trondheim AK	70	93	163	234,74
Nr 2	59,86	29.11.05	Kristian Aven	Tambarskjelvar IL	46	52	98	143,00

#### Klasse 67kg

Nr 1	66,98	28.04.04	Henrik Reiakvam,	Tambarskjelvar IL	72	91	163	220,69
Nr 2	66,85	29.11.04	Kristen Røyseth	Tambarskjelvar IL	66	87	153	207,41
Nr 3	61,28	09.03.04	Joachim Offman	Tambarskjelvar IL	63	77	140	200,98

#### Klasse 73kg

Nr 1	70,11	25.11.01	Aron Süßmann	Stavanger VK	92	110	202	265,93
Nr 2	70,44M	26.10.04	Daniel Ravndal	Tambarskjelvar IL	52	65	117	153,60

#### Klasse 81kg

Nr 1	74,21	08.12.01	Øystein Aleksander Skauge	Nidelv IL	95	118	213	271,31
Nr 2	74,20	26.09.01	Remy Aune	Hitra VK	80	105	185	235,66
Nr 3	79,77	14.10.01	Sondre Enlid	Nidelv IL	63	75	138	169,07

#### Klasse 89kg

Nr 1	84,56	24.02.01	Håkon Eik Litland	AK Bjørgvin	105	121	226	268,99
Nr 2	86,77	22.11.01	Mikal Akset	Hitra VK	70	98	168	197,55
Nr 3	84,98	14.07.01	Eirik Ekeland	Vigrestad IK	65	89	154	182,86



Klasse 96kg								
Nr 1	94,36	04.04.02	Hans Gunnar Kvadsheim	Vigrestad IK	76	91	167	189,38
Nr 2	89,91	05.03.01	Odin Håskjold	Nidelv IL	63	83	146	168,97
Klasse 102kg								
Nr 1	100,47	24.01.03	Mathias Dale	Breimsbygda IL	80	90	170	188,18
Klasse +102kg								
Nr 1	121,56	19.06.01	Ragnar Holme	Tambarskjelvar IL	116	145	261	272,75
Nr 2	106,32	16.09.01	Jakob Johan Enerstvedt	Haugesund VK	72	95	167	181,28

## Norgesmesterskapet for lag 17–18 november, Trondheim, arr Trondheim AK/Nidelv IL

### Junior kvinner

<b>1</b>	<b>AK Bjørgvin</b>				<b>502,23 poeng</b>			
71	UK	21.05.03	Vår Eik Litland	51	60	111	141,38	
81	UK	22.03.01	Oda Marie Myklebust	49	69	118	137,19	
64	UK	09.02.01	Hedda Hauge Aasgård	51	67	118	155,31	
55	JK	05.02.00	Tiril Boge	66	75	141	205,54	
<b>2</b>	<b>Breimsbygda IL</b>				<b>434,58 poeng</b>			
59	UK	28.02.02	Julia Jordanger Loen	60	77	137	190,99	
71	UK	16.04.02	Emilie Jensen	25	45	70	87,13	
71	UK	30.07.02	Sunniva Nyheim	33	45	78	98,77	
76	JK	23.06.00	Vilde Sårheim	58	64	122	144,81	
<b>3</b>	<b>Trondheim AK</b>				<b>366,45 poeng</b>			
59	JK	15.11.00	Signe Meland	31	43	74	102,99	
76	JK	13.02.98	Mathea Sunde	42	60	102	120,87	
71	UK	18.01.01	Hannah Økland	51	60	111	142,59	

### Junior menn

<b>1</b>	<b>Stavanger VK</b>				<b>833,67 poeng</b>			
67	JM	23.04.98	Bendik Dalen	84	115	199	269,54	
73	JM	03.06.98	Izak Süßmann	84	100	184	238,23	
73	UM	25.11.01	Aron Süßmann	90	111	201	263,74	
81	JM	27.09.98	Mathias Hove Johansen	111	136	247	300,39	
<b>2</b>	<b>Breimsbygda IL</b>				<b>753,29 poeng</b>			
102	JM	23.08.98	Ole-Kristoffer Sørland	97	110	207	232,70	
89	JM	10.08.00	Bent Andre Midtbø	80	110	190	227,81	
67	JM	04.01.00	Robert Andre Moldestad	95	118	213	292,78	
<b>3</b>	<b>AK Bjørgvin</b>				<b>633,55 poeng</b>			
73	UM	07.03.03	Anders Vik	64	76	140	183,22	
89	UM	23.05.01	Tor Endre Opedal	63	88	151	180,22	
89	UM	24.02.01	Håkon Eik Litland	106	120	226	270,11	
<b>4</b>	<b>Nidelv IL</b>				<b>451,56 poeng</b>			
81	UM	28.04.04	William Hjelde Stormoen	55	65	120	148,28	
49	"UK"	11.09.01	Sandra Munkhaugen	32	50	82	139,87	
55	UM	13.01.04	Lasse Bye	45	60	105	163,41	

### Veteraner kvinner

<b>1</b>	<b>AK Bjørgvin</b>				<b>462,51 poeng</b>			
+87	K4	24.12.64	Margit Skjervheim	43	55	98	146,05	

+87	K1	26.05.80	Ingeborg Endresen	53	67	120	147,78
71	K2	20.07.77	Siren Loy	51	66	117	168,68

**2 Trondheim AK 437,80 poeng**

71	K3	10.07.72	Kine Meland	37	46	83	130,31
76	K1	12.06.80	Renate Overholdt	30	45	75	101,76
64	K1	14.11.82	Kathrine Toth 27	31	40	71	100,43
59	K1	27.11.82	Oddry Folkestad	59	80	139	205,74

**3 Spydeberg Atletene 239,35 poeng**

87	K4	19.05.66	Eva Grøndahl Lundberg	37	41	78	115,70
71	K1	22.09.82	Aurora Foss	37	53	90	123,66

Veteraner menn

**1 Grenland AK 1044,05 poeng**

73	M6	17.12.54	Egon Vee-Haugen	78	90	168	336,44
89	M5	14.03.63	Bjørnar Olsen	95	118	213	348,52
73	M4	08.04.64	Atle Rønning Kauppinen	90	115	205	359,08

**2 Trondheim AK 1038,22 poeng**

81	M6	03.08.58	Geir Slupphaug	65	80	145	277,75
102	M4	12.01.67	Jøran Herfjord	95	122	217	310,59
109	M8	04.06.44	Jan Nystrøm	68	90	158	356,42
109	M3	06.05.73	Ronny Fevåg	125	160	285	371,21

**3 Spydeberg Atletene 952,96 poeng**

96	M7	24.10.53	Johan Thonerud	76	95	171	322,57
89	M8	19.03.48	Leif Jenssen	55	70	125	276,53
96	M6	14.10.54	Tom Hauge	55	75	130	242,14
102	M4	26.09.65	Alexander Bahmanyar	101	136	237	353,87

Ungdom jenter

**1 AK Bjørgvin 433,41 poeng**

71	UK	21.05.03	Vår Eik Litland 46	52	63	115	146,48
81	UK	22.03.01	Oda Marie Myklebust	48	72	120	139,52
64	UK	09.02.01	Hedda Hauge Aasgård	48	64	112	147,41

**2 Breimsbygda IL 394,73 poeng**

71	UK	16.04.02	Emilie Jensen	29	48	77	95,84
71	UK	30.07.02	Sunniva Nyheim	34	49	83	105,10
59	UK	28.02.02	Julia Jordanger Loen	61	78	139	193,78

**3 Tambarskjelvar IL 375,14 poeng**

55	UK	15.09.05	Trine Endestad Hellevang	33	41	74	107,70
49	UK	02.12.05	Emma Reiakvam	37	45	82	133,52
87	UK	27.05.04	Carmen Grimseth	51	68	119	133,92

Ungdom gutter

**1 Tambarskjelvar IL 639,86 poeng**

89	UM	29.07.03	Mathias Aven	61	80	141	173,55
67	UM	09.03.04	Joachim Offman	66	81	147	205,87
73	UM	29.11.04	Kristen Røyseth	69	91	160	213,63
73	UM	28.02.04	Henrik Reiakvam	75	88	163	220,36

**2 AK Bjørgvin 632,72 poeng**

73	UM	07.03.03	Anders Vik	58	78	136	178,05
----	----	----------	------------	----	----	-----	--------

89	UM	23.05.01	Tor Endre Opedal	69	85	154	183,90
89	UM	24.02.01	Håkon Eik Litland	102	123	225	270,78

**3 Nidelv IL 632,68 poeng**

49	UM	22.02.05	Magnus Børøsdund	42	51	93	170,83
96	UM	05.03.01	Odin Håskjold	65	85	150	173,67
73	UM	08.12.01	Øystein Aleksander Skauge	102	122	224	288,18

**4 Hitra VK 616,15 poeng**

49	"UK"	07.04.04	Ronja Lenvik	47	52	99	174,26
+102	UM	04.03.03	Aaron Johnsen	58	83	141	150,16
89	UM	22.11.01	Mikal Olaus Akseth	76	100	176	207,61
81	UM	26.09.01	Remy Aune 105	78	105	183	234,28

Senior kvinner elite

**1 AK Bjørgvin 879,15 poeng**

87	SK	10.09.91	Venke Bergum	73	93	166	188,47
71	SK	20.10.90	Iselin Hatlenes	71	85	156	195,84
55	JK	05.02.00	Tiril Boge	63	79	142	207,72
64	SK	01.01.97	Emma Hald	78	92	170	221,95
55	SK	20.03.94	Sarah Hovden Øvsthus	77	97	174	253,64

**2 Tambaraskjelvar IL 870,75 poeng**

+87	SK	02.03.95	Bente Finsrud	49	71	120	132,82
71	SK	05.07.89	Mariel Rørstadbotnen	66	87	153	192,17
87	SK	10.11.92	Lone Kalland	76	102	178	200,76
71	SK	11.05.92	Marit Årdalsbakke	88	102	190	239,11
64	SK	17.08.89	Ine Andersson	75	101	176	238,71

**3 Trondheim AK 863,11 poeng**

81	SK	21.04.87	Elisabeth Settem	73			
59	K1	23.11.82	Oddry Folkestad	57	76	133	182,79
76	SK	04.06.84	Ingvild Brynjulfsen	76	96	172	206,93
71	SK	14.03.90	Mari Rotmo	73	94	167	213,20
59	SK	14.08.92	Sol Anette Waaler	84	106	190	260,20

**4 Spydeberg Atletene 780,11 poeng**

64	SK	06.03.95	Lena Richter	70	83	153	200,21
64	SK	25.11.86	Helene Vabø Thorsen	63	82	145	191,19
55	SK	10.05.85	Marie Haakstad	53	63	116	170,89
76	SK	01.01.89	Melissa Schanche	85	95	180	217,82

Senior menn elite

**1 Tønsberg-Kameratene 1508,94 poeng**

89	JM	02.12.00	Daniel Solberg	85	105	190	222,92
81	M3	28.04.70	Jan Robert Solli	85	105	190	243,79
71	"K1"	10.06.82	Ruth Kasirye	90	113	203	278,41
67	SM	23.05.94	Even H. Walaker	98	114	212	291,41
89	SM	19.07.95	Mats Olsen	119	158	277	324,03
+109	SM	24.12.89	Kim Eirik Tollefsen	155	197	352	371,31

**2 Tambaraskjelvar IL 1506,97 poeng**

89	SM	11.10.86	Yngve Apneseth	120	148	268	317,47
96	SM	16.03.95	Tore Gjølringbø	110	142	252	289,13
96	SM	09.10.91	Stein Inge Holstad	120	148	268	302,61
81	SM	02.09.94	Jantsen Øverås	115	140	255	323,73

+102	UM	19.06.01	Ragnar Holme	115	149	264	274,03
------	----	----------	--------------	-----	-----	-----	--------

**3 AK Bjørgvin 1481,85 poeng**

102	SM	07.05.91	Phillip Houghton	117	150	267	298,47
102	M2	30.03.76	Børge Aadland	116	159	275	303,00
89	SM	10.10.94	Lars Espedal	110	129	239	279,30
109	SM	07.03.93	Laurits Hamre	113	155	268	294,67
96	SM	27.10.90	Sebastian Fløysvik	106	142	248	281,13
89	SM	22.02.96	Peter Wilke	123	138	261	304,58

**4 Spydeberg Atletene 1472,42 poeng**

73	SM	01.07.85	Mauricio Kjeldner	85	116	201	266,17
96	M7	24.10.53	Johan Thonerud	71	80	151	171,70
89	SM	24.09.94	Reza Benorouz	100	125	225	272,82
89	SM	22.06.85	Thomas Fjeldberg	120	138	258	309,74
109	SM	15.10.92	Jørgen Kjellevand	120	150	270	296,47
73	SM	14.04.91	Daniel Roness	110	140	250	327,21

## 12. INTERNASJONALE MESTERSKAP, KONKURRANSER

### Europamesterskapet for senior 18 - 26 august, Bucharesti

Klasse	Krv	Født	Navn	Rykk	Støt	Sml	Total	Plasseringer
53	52,60	20.03.94	Sarah Hovden ØVSTHUS	79	99	178	263,17	6-5-6
53	52,98	12.09.96	Rebekka Tao JACOBSEN	74	93	167	245,62	10-8-9
58	57,38	14.08.92	Sol Anette WAALER	80	99	179	249,02	6-5-5
63	61,70	17.08.89	Ine ANDERSSON	82	108	190	252,22	11-4-8
63	62,50	11.05.92	Marit ARDALSBASSE	89	98	187	246,27	7-11-9
85	83,10	05.01.95	Roger MYRHOLT	136	170	306	367,28	11-11-11
105	116,82	24.12.89	Kim Eirik TOLLEFSEN	160	203	363	383,18	11-7-9

### Europamesterskapet for Master, 06 – 16 juni, Budapest

Klasse	Krv	Kat	Født	Navn	Rykk	Støt	Sml	Total	Plasseringer
105	96,4	M9	30.05.1940	Roald BJERKHOLT	48	55	103	115,81	Nr3
94	93,3	M7	24.10.1953	Johan THONERUD	69	90	159	181,14	Nr3
105	104,8	M8	04.06.1944	Jan Olav NYSTRØM	70	88	158	172,33	Nr2
105	105,5	M6	25.09.1957	Rune JOHANSEN	78	108	186	202,42	Nr3
58	55,4	K3	02.09.1969	Eva BJØRKENG	45	55	100	142,49	Nr4
105	98,1	M4	26.09.1965	Alexander BAHMANYAR96	129	225	251,29	Nr3	
105	101,6	M4	12.01.1967	Jøran HERFJORD	96	125	221	243,65	Nr4
75	69,8	K2	20.07.1977	Siren LOY	50	70	120	148,32	Nr5
58	57,6	K1	27.11.1982	Oddry FOLKESTAD	58	78	136	188,72	Nr1
94	93,2	M1	24.01.1980	Ørjan ØSTHUS	122	140	262	298,62	Nr3
105+	135,9	M1	26.11.1982	David HARALDSEN	0	0	0	0	
90	77,9	K1	20.03.1979	Trine Munkvold LINDSET	57	70	127	148,59	Nr2
90+	90,8	K1	26.05.1980	Ingeborg ENDRESEN	54	65	119	130,75	Nr3

### Eleiko Grand Prix, Tenerife, Spania (klubbrepresentasjon)

53kg	52,95	12.09.96	Rebekka Tao Jacobsen, Larvik AK	75	96	171	251,61	Nr 1
58kg	57,36	14.08.92	Sol Anette Waaler, Trondheim AK	78	99	177	246,29	Nr 2
63kg	62,13	23.04.90	Zekiye C. Nyland, Tysvær VK	85	105	190	251,14	Nr 1
69kg	64,59	14.03.90	Mari Rotmo, Trondheim AK	74	97	171	220,79	Nr 2
75kg	71,50	01.01.89	Melissa Schanche, Spydeberg AT	86	97	183	223,32	Nr 3

## Verdensmesterskapet for veteraner, 17 -25 august i Barcelona, Spania

105	96,08	M9	30.05.1940	Roald BJERKHOLT	47	56	103	115,96	270,89	Nr 4
+105	109,02	M9	13.12.1943	Kolbjørn BJERKHOLT	57	70	127	136,76	289,52	Nr 1
94	93,64	M7	24.10.1953	Johan THONERUD	71	90	161	183,15	304,57	Nr 1
+105	105,2	M8	04.06.1944	Jan Olav NYSTRØM	68	90	158	172,11	354,55	Nr 1
+105	105,59	M6	25.09.1957	Rune JOHANSEN	79					
94	90,26	M4	19.10.1961	Terje GULVIK	90	118	208	240,31	345,33	Nr 3
105	99,99	M4	26.09.1965	Alexander BAHMANYAR	101	125	226	250,61	335,32	Nr 4
105	102,89	M4	12.01.1967	Jøran HERFJORD	95	115	210	230,50	298,95	Nr 5
105	103,98	M3	06.05.1973	Ronny FEVÅG	121	157	278	304,03	365,74	Nr 1
53	52,66	K1	27.11.1982	Oddry FOLKESTAD	58	77	135	199,43	215,98	Nr 1
105	103,28	M2	30.03.1976	Børge AADLAND	118	155	273	299,25	347,73	Nr 3
77	72,71	M2	15.06.1978	Ronny MATNISDAL	121	134	255	328,60	372,96	Nr 1

## Aalborg Cup 8 – 9 september 2018 (klubbrepresentasjon)

63	58,40	SK	16.06.1996	Kamilla S GRØNNESTAD		69	887	157	254,18	Nr 2	
58	58,00	SK	14.08.1992	Sol Anette WAALER		83	101	184	215,98	Nr 1	
63	59,60	SK	17.08.1989	Ine ANDERSON		82	105	187	245,74	Nr 1	
75	70,20	SK	01.01.1989	Melissa SCHANCHE		89	101	190	234,12	Nr 1	
90	85,80	K3	10.04.1970	Jorunn MONSEN		26	40	66	74,10	94,45	Nr 8
90	87,10	SK	10.11.1992	Lone KALLAND		77	97	174	194,16	Nr 2	
69	68,60	SM	17.03.1997	Andreas KLINKENBERG		85	102	187	249,45	Nr 3	
94	88,00	SM	10.10.1994	Lars ESPEDAL		104	0	0	0	0	
+105	106,50	M3	13.06.1973	John Kåre MONSEN		97	113	210	227,83	303,16	Nr 7

## Nordisk mesterskap for senior 29 – 30 september, 2018, Island

Norske nordiske mestre:

K1 53	Sarah Hovden Øvsthus	AK Bjørgvin.
K1 63	Zekiye Nyland	Tysvær VK
K1 +105	Kim Eirik Tollefsen	Tønsberg Kameratene

Norske resultater kvinner:

### 53 kg

Nr 1	Sarah Hovden Övsthus	1994	NOR	52,9	78	97	175	257,7
------	----------------------	------	-----	------	----	----	-----	-------

### 58 kg

Nr 2	Sol Anette Waaler	1992	NOR	57,35	82	102	184	256,1
Nr 6	Rebekka Tao Jacobsen	1996	NOR	55,35	71	97	168	239,5

### 63 kg

Nr 1	Zekiye Nyland	1990	NOR	62,5	86	97	183	241,00
------	---------------	------	-----	------	----	----	-----	--------

### 69 kg

Nr 2	Marit Årdalsbakke	1992	NOR	66,9	91	100	191	241,7
Nr 3	Melissa Schanche	1989	NOR	68,6	87	100	187	233,3

Norske resultater menn

### 77 kg

Nr 4	Jantsen Øverås	1994	NOR	76,1	115	140	255	320,3
------	----------------	------	-----	------	-----	-----	-----	-------

### 85 kg

Nr 2	Mats Olsen	1995	NOR	83,45	117	154	271	324,6
------	------------	------	-----	-------	-----	-----	-----	-------

**+105 kg**

Nr1	Kim Eirik Tollefsen	1989	NOR	117,95	156	200	356	374,8
-	Vebjörn Varlid	1990	NOR	129,15	154	-		

**Nasjonspoeng Kvinner**

1.	Sweden	48 poeng
2.	Norway	29 poeng
3.	Denmark	28 poeng
4.	Iceland	21 poeng
5.	Finland	11 poeng

**Menn**

1.	Denmark	47 poeng
2.	Iceland	16 poeng
3.	Norway	15 poeng
4.	Sweden	14 poeng
5.	Finland	7 poeng

**Nordisk for ungdom 13-14 oktober 2018, København, Danmark**

Nordiske mestre:

Kl 53	JK	Tiril Boge, AK Bjørgvin
Kl 62	JM	Robert Andre Moldestad, Breimsbygda IL

Norske resultater ungdom jenter:

**Kl 58**

Nr 3	Helene Skuggedal	2001	NOR	57,20	54	76	130	181,234
Nr 4	Julia Loen Jordanger	2002	NOR	56,80	55	74	129	180,694

Nasjonspoeng ungdom jenter:

Finland 44poeng, Danmark 17 poeng, Sverige 7 poeng, Norge 7 poeng, Island 5 poeng

Norske resultater ungdom gutter:

**Kl 77kg**

Nr 4	Aron Süßmann	2001	NOR	70,20	91	108	199	261,78
------	--------------	------	-----	-------	----	-----	-----	--------

**Kl 85kg**

Nr 2	Håkon Eik Litland	2001	NOR	85,82,	103	117	220	264,36
------	-------------------	------	-----	--------	-----	-----	-----	--------

Nasjonspoeng ungdom gutter:

Finland 39 poeng, Danmark 14 poeng, Sverige 11 poeng, Island 11 poeng, Norge 8 poeng

**Nordisk for junior 13-14 oktober 2018, København, Danmark**

Norske resultater junior jenter:

**Kl 53 kg**

Nr 1	Tiril Boge	2000	NOR	51,90	65	80	145	216,50
------	------------	------	-----	-------	----	----	-----	--------

**Kl 75 kg**

Nr 8	Maren Fikse	1999	NOR	72,00	0-	0	0	0 -
------	-------------	------	-----	-------	----	---	---	-----

Nasjonspoeng junior jenter:

Finland 34 poeng, Island 24 poeng, Sverige 16 poeng, Norge 7 poeng, Danmark 3 poeng

Norske resultater junior gutter:

**Kl 69 kg**

Nr 0	Bendik Dalen	1998	NOR	66,50	92	-0	0	0
------	--------------	------	-----	-------	----	----	---	---

**Kl 62 kg**

Nr 1	Robert Andre Moldestad	2000	NOR	61,70	87	107	194	277,20
------	------------------------	------	-----	-------	----	-----	-----	--------

**KI 85 kg**

Nr 3	Mathias Hove Johansen	1998	NOR	80,20	110 -	139	249	304,219
------	-----------------------	------	-----	-------	-------	-----	-----	---------

Nasjonspoeng junior gutter:

Finland 30 poeng, Sverige 28 poeng, Danmark 21 poeng, Island 18 poeng, Norge 4 poeng

**Europamesterskapet for u23 år 20-27 oktober 2018, Zamosc, Poland**

Norske resultater kvinner:

<b>53 kg</b>	53,00	12.09.96	Rebekka Tao Jacobsen	75	96	171	251,43	nr 5,4,4
--------------	-------	----------	----------------------	----	----	-----	--------	----------

Norske resultater menn:

<b>77 kg</b>	76,75	05.01.95	Roger Behrmann Myrholt	136	177	313	391,36	nr 9,4,6
--------------	-------	----------	------------------------	-----	-----	-----	--------	----------

**Championnat de France des Clubs (klubbrepresentasjon)**

13.10.18

Nr	102,90	1976	Børge Aadland, Vga Saint Maur	114	160	274	300,73
----	--------	------	-------------------------------	-----	-----	-----	--------

15.12.18

Nr	102,60	1976	Børge Aadland, Vga Saint Maur	116	158	274	349,81
----	--------	------	-------------------------------	-----	-----	-----	--------

**WL international, Fryshuset, Sverige (klubbrepresentasjon) 27.10.18**

Nr 1	118,00	24.12.1989	Kim Eirik Tollefsen, Tønsberg Kameratene	114	160	274	300,73
------	--------	------------	--	-----	-----	-----	--------

**VM 2018 Ashgabat, Turkmerkistan**

Norske resultater kvinner:

**Klasse 55 kg**

Nr 28 (33-29)	53,76	20.03.94	Sarah Hovden Øvsthus	AK Bjørgvin	79	99178	259,06
---------------	-------	----------	----------------------	-------------	----	-------	--------

**Klasse 59kg**

Nr 0 (28-0)	58,78	17.08.89	Ine Drablos Andersson	Tambarskjelvar IL	80	-0
-------------	-------	----------	-----------------------	-------------------	----	----

Norske resultater menn:

**Klasse +109 kg**

Nr 23 (27-23)	118,31	24.12.1989	Kim Eirik Tollefsen, Tønsberg Kameratene	156	195	351	369,29
---------------	--------	------------	--	-----	-----	-----	--------

**5th int. Qatar Cup (klubbrepresentasjon) 20 Desember**

Norske resultater kvinner:

Nr 1	55,00	Rebekka Tao Jacobsen, Larvik AK	76	99	175	250,94
------	-------	---------------------------------	----	----	-----	--------

Nr 8	59	Sol Anette Waaler, Trondheim AK 81	81	101	182	250,53
------	----	------------------------------------	----	-----	-----	--------

Ledere Eskil Forås og Jostein Frøyd

## 13. NORGES CUP 2018

### Senior kvinner

	Navn	Klubb	Omg1	Omg 2	Omg 3	Omg 4.	Sum
1	Sarah Hovden Øvsthus	AK Bjørgvin	25	25	23		73
2	Sol Anette Waaler	Trondheim AK	20	0	25	25	70
3	Marit Årdalsbakke	Tambarskjelvar IL	19	21	21	23	65

### Senior menn

	Navn	Klubb	Omg1	Omg 2	Omg 3	Omg 4.	Sum
1	Roger B. Myrholt	Tønsberg Kam.	25	25	23		73
2	Jantsen Øverås	Tambarskjelvar IL	17	23	19		59
3	Leik Simon Aas	National	19	18	18		55

### Junior/ungdom kvinner

	Navn	Klubb	Omg1	Omg 2	Omg 3	Omg 4.	Sum
1	Maren Fikse	Gjøvik A.K.	25	25	23	25	75
2	Tiril Boge	AK Bjørgvin	23	23	25		71
3	Oda Helene Sunde Svendsen	Jølster IL	19	21		23	63

### Junior/ungdom menn

	Navn	Klubb	Omg1	Omg 2	Omg 3	Omg 4.	Sum
1	Robert Andre Moldestad	Breimsbygda IL	0	21	25	23	69
2	Aron Süßmann	Stavanger VK	17	19	21	21	61
3	Vetle Andersen	Larvik A.K.	18	18	19		55

### Veteran kvinner

	Navn	Klubb	Omg1	Omg 2	Omg 3	Omg 4.	Sum
1	Camilla Pedersen	Christiania AK	21	23		25	69
2	Anna Rød Nyland	Haugesund VK	25	0		21	46
2	Larisa Izumrudova	Vigrestad IK	23	0		23	46

### Veteraner menn:

	Navn	Klubb	Omg1	Omg 2	Omg 3	Omg 4.	Sum
1	Atle Rønning Kauppinen	Grenland A.K.	20	25	25	20	70
2	Børge Aadland	AK Bjørgvin	18	23			41
2	Ronny Fevåg	Trondheim AK	16	0		25	41



## 14. STATISTIKK 2018

### Senior menn

NR	NAVN	KLUBB	DATO	KAT	KRV	RYKK	STØT	TOT	SINCL
1	Roger B. Myrholt	Tønsberg-Kam.	24.10.2018	SM	76,80	136,0	177,0	313,0	391,36
2	Kim Eirik Tollefsen	Tønsberg-Kam.	26.03.2018	SM	116,80	160,0	203,0	363,0	383,18
3	Vebjørn Varlid	Tambarskjelvar IL	18.02.2018	SM	132,50	162,0	183,0	345,0	354,04
4	Håvard Grostad	Nidelv IL	18.02.2018	SM	93,80	138,0	173,0	311,0	353,56
5	Tore Gjøringbø	Tambarskjelvar IL	20.01.2018	SM	92,70	130,0	167,0	297,0	339,34
6	Jantsen Øverås	Tambarskjelvar IL	26.12.2018	SM	74,10	120,0	145,0	265,0	337,88
7	Sindre Rørstadbotnen	Tambarskjelvar IL	18.02.2018	SM	103,20	135,0	171,0	306,0	335,57
8	Ronny Matnisdal	Vigrestad IK	26.05.2018	M2	72,20	120,0	137,0	257,0	332,53
9	Mats Olsen	Tønsberg-Kam.	17.02.2018	SM	85,00	120,0	157,0	277,0	328,88
10	Yngve Apneseth	Tambarskjelvar IL	17.02.2018	SM	85,00	120,0	156,0	276,0	327,78

### Senior kvinner

NR	NAVN	KLUBB	DATO	KAT	KRV	RYKK	STØT	TOT	SINCL
1	Sarah Hovden Øvsthus	AK Bjørgvin	30.05.2018	SK	52,90	81,0	100,0	181,0	266,43
2	Sol Anette Waaler	Trondheim AK	18.11.2018	SK	58,80	84,0	106,0	190,0	260,20
3	Ruth Kasirye	Tønsberg-Kam.	18.11.2018	K1	65,60	90,0	113,0	203,0	259,65
4	Ine Andersson	Tambarskjelvar IL	08.09.2018	SK	59,60	82,0	105,0	187,0	253,74
5	Rebekka Tao Jacobsen	Larvik AK	20.01.2018	SK	55,10	77,0	100,0	177,0	253,23
6	Zekiye C. Nyland	Tysvær VK	17.02.2018	SK	62,00	86,0	104,0	190,0	251,41
7	Marit Årdalsbakke	Tambarskjelvar IL	20.10.2018	SK	65,00	88,0	106,0	194,0	249,56
8	Melissa Schanche	Spydeberg Atletene	08.09.2018	SK	70,20	89,0	101,0	190,0	234,12
9	Marie Mossige Grythe	Spydeberg Atletene	15.09.2018	SK	64,40	80,0	100,0	180,0	232,78
10	Janne Skorpen Knudsen	AK Bjørgvin	17.02.2018	SK	67,00	79,0	105,0	184,0	232,53

### Junior menn

NR	NAVN	KLUBB	DATO	KAT	KRV	RYKK	STØT	TOT	SINCL
1	Marcus Bratli	AK Bjørgvin	09.06.2018	JM	61,80	97,0	122,0	219,0	312,51
2	Mathias Hove Johansen	Stavanger VK	22.12.2018	JM	82,20	112,0	143,0	255,0	307,71
3	Robert Andre Moldestad	Breimsbygda IL	17.11.2018	JM	65,40	95,0	118,0	213,0	292,78
4	Ragnar Holme	Tambarskjelvar IL	26.12.2018	UM	121,80	124,0	156,0	280,0	292,48
5	Øystein Aleksander Skauge	Nidelv IL	17.02.2018	UM	78,10	110,0	125,0	235,0	291,20
6	Aron Sussman	Stavanger VK	22.12.2018	UM	66,30	96,0	113,0	209,0	284,78
7	Kim Aleksander Kværnø	Hitra VK	28.04.2018	JM	60,20	88,0	107,0	195,0	283,34
8	Bendik Dalen	Stavanger VK	22.08.2018	JM	67,20	92,0	115,0	207,0	279,69
9	Håkon Eik Litland	AK Bjørgvin	18.11.2018	UM	82,70	102,0	123,0	225,0	270,78
10	Dennis Lauritsen	Larvik AK	20.01.2018	UM	80,20	101,0	118,0	219,0	267,60

### Junior kvinner

NR	NAVN	KLUBB	DATO	KAT	KRV	RYKK	STØT	TOT	SINCL
1	Tiril Boge	AK Bjørgvin	13.10.2018	JK	51,90	65,0	80,0	145,0	216,50
2	Maren Fikse	Gjøvik AK	28.04.2018	JK	74,40	82,0	96,0	178,0	212,83
3	Julia Jordanger Loen	Breimsbygda IL	17.11.2018	UK	57,20	61,0	78,0	139,0	193,78
4	Helene Skuggedal	Larvik AK	17.02.2018	UK	56,00	56,0	77,0	133,0	188,06
5	Oda Helene Sunde Svendsen	Jølster IL	20.10.2018	JK	58,20	60,0	75,0	135,0	186,00
6	Sofie Prytz Løwer	Larvik AK	17.02.2018	UK	62,50	62,0	75,0	137,0	180,50
7	Oda Marie Myklebust	AK Bjørgvin	17.11.2018	UK	78,90	79,0	72,0	151,0	175,63
8	Ronja Lenvik	Hitra VK	29.12.2018	UK	47,00	50,0	55,0	105,0	169,26
9	Ida Vaka	Tysvær VK	20.10.2018	JK	59,40	55,0	65,0	120,0	163,23
10	Silje Johnsrud	Grenland AK	19.04.2018	UK	60,00	52,0	68,0	120,0	162,13

### Ungdom gutter

NR	NAVN	KLUBB	DATO	KAT	KRV	RYKK	STØT	TOT	SINCL
1	Ragnar Holme	Tambarskjelvar IL	26.12.2018	UM	121,80	124,0	156,0	280,0	292,48
2	Øystein Aleks. Skauge	Nidelv IL	17.02.2018	UM	78,10	110,0	125,0	235,0	291,20
3	Aron Sussman	Stavanger VK	22.12.2018	UM	66,30	96,0	113,0	209,0	284,78
4	Håkon Eik Litland	AK Bjørgvin	18.11.2018	UM	82,70	102,0	123,0	225,0	270,78

5	Dennis Lauritsen	Larvik AK	20.01.2018	UM	80,20	101,0	118,0	219,0	267,60
6	Aron Sussmann	Stavanger VK	03.11.2018	UM	70,10	92,0	110,0	202,0	265,93
7	Remy Aune	Hitra VK	29.12.2018	UM	75,70	85,0	108,0	193,0	243,10
8	Torgeir A. H. Bentsen	Stavanger VK	16.02.2018	UM	80,20	85,0	110,0	195,0	238,24
9	Mats Hofstad	Trondheim AK	27.12.2018	UM	63,60	74,0	95,0	169,0	236,70
10	Kristen Røyseth	Tambarskjelvar IL	26.12.2018	UM	71,00	76,0	100,0	176,0	230,01

### Ungdom jenter

NR	NAVN	KLUBB	DATO	KAT	KRV	RYKK	STØT	TOT	SINCL
1	Julia Jordanger Loen	Breimsbygda IL	17.11.2018	UK	57,20	61,0	78,0	139,0	193,78
2	Helene Skuggedal	Larvik AK	17.02.2018	UK	56,00	56,0	77,0	133,0	188,06
3	Sofie Prytz Løwer	Larvik AK	17.02.2018	UK	62,50	62,0	75,0	137,0	180,50
4	Oda Marie Myklebust	AK Bjørgvin	17.11.2018	UK	78,90	79,0	72,0	151,0	175,63
5	Ronja Lenvik	Hitra VK	29.12.2018	UK	47,00	50,0	55,0	105,0	169,26
6	Silje Johnsrud	Grenland AK	19.04.2018	UK	60,00	52,0	68,0	120,0	162,13
7	Åse Johanne Berge	Hitra VK	29.12.2018	UK	52,70	48,0	61,0	109,0	160,93
8	Hedda Hauge Aasgård	AK Bjørgvin	26.09.2018	UK	62,60	52,0	68,0	120,0	157,87
9	Sandra Nævdal	AK Bjørgvin	03.11.2018	UK	46,00	38,0	53,0	91,0	149,36
10	Vår Eik Litland	AK Bjørgvin	17.11.2018	UK	66,10	52,0	63,0	115,0	146,48

## Statistikk 5 kamp 2018 25 beste fra alle klasser. Se komplette statistikk i dokumentarkivet

### Gutter

	NR	Navn	Klubb	Dato	Kat	Kr.vekt	Rykk	Støt	Kulek	40- meter	Tre- Hopp	Poeng
+18 år	1	Peter Wilke	AK Bjørgvin	09.06.2018	SM	89,1	123,0	138,0	18,35	6,00	9,43	912,32
17 - 18 år	2	Marcus Bratli	AK Bjørgvin	09.06.2018	JM	61,8	97,0	122,0	14,60	6,10	8,05	910,31
+18 år	3	Håvard Grostad	Nidelv IL	12.07.2018	SM	98,6	135,0	165,0	19,10	6,52	8,99	898,62
+18 år	4	Kim Eirik Tollefsen	Tønsberg-Kam. Tambarskjelvar IL	15.09.2018	SM	118,8	160,0	202,0	19,75	6,97	9,01	889,47
+18 år	5	Jantsen Øverås	IL	15.09.2018	SM	75,8	115,0	136,0	15,60	6,65	8,74	885,15
+18 år	6	Bjørn Emil Evensen	Gjøvik AK	09.06.2018	SM	77,1	102,0	124,0	15,50	5,99	9,35	876,87
17 - 18 år	7	Robert Andre Moldestad	Breimsbygda IL	15.09.2018	JM	65,4	88,0	112,0	14,40	5,89	8,76	870,75
+18 år	8	Roy Sømme Ommedal	Vigrestad IK	15.09.2018	SM	87,2	109,0	150,0	16,40	6,42	8,67	853,48
+18 år	9	Mats Olsen	Tønsberg-Kam.	15.09.2018	SM	85,0	121,0	155,0	12,54	6,89	9,07	839,32
+18 år	10	Kim Helge Moe	Vigrestad IK	09.06.2018	SM	95,7	113,0	140,0	17,25	6,30	8,80	837,06
+18 år	11	Sebastian Fløysvik Øystein Aleksander	AK Bjørgvin	09.06.2018	SM	93,1	102,0	141,0	17,10	6,10	8,61	831,99
17 - 18 år	12	Skauge	Nidelv IL	09.06.2018	UM	77,0	105,0	125,0	13,95	6,52	8,47	825,92
+18 år	13	Mauricio Kjeldner	Spydeberg AT	15.09.2018	SM	69,1	88,0	114,0	14,37	6,42	8,59	825,88
+18 år	14	Richard Minge	National	09.06.2018	SM	71,9	90,0	110,0	14,30	6,18	8,70	823,86
+18 år	15	Fredrik Kvist Gyllensten	Christiania AK	09.06.2018	SM	75,9	106,0	133,0	11,40	6,34	8,45	823,02
17 - 18 år	16	Kim Aleksander Kværnø	Hitra VK	09.06.2018	JM	60,4	84,0	105,0	12,17	6,41	8,27	821,85
+18 år	17	Laurits Hamre	AK Bjørgvin	09.06.2018	SM	99,8	112,0	145,0	16,00	6,20	9,00	821,72
+18 år	18	Runar Klungervik	Hitra VK	15.09.2018	SM	68,5	95,0	110,0	13,19	6,52	8,00	809,81
+18 år	19	Jørgen Kjellevand	Spydeberg AT	15.09.2018	SM	100,9	115,0	140,0	14,65	6,14	9,25	807,99
+18 år	20	Vetle Andersen	Larvik AK	15.09.2018	JM	88,4	90,0	114,0	17,12	6,15	9,22	806,33
+18 år	21	Bjarne Bergheim	Breimsbygda IL	15.09.2018	SM	80,6	83,0	111,0	16,41	6,30	9,08	802,44
17 - 18 år	22	Håkon Eik Litland	AK Bjørgvin	15.09.2018	UM	82,6	102,0	118,0	15,05	6,52	8,14	792,52
+18 år	23	Leik Simon Aas	National	09.06.2018	SM	90,8	116,0	145,0	12,50	6,70	8,20	784,71
+18 år	24	Lars Espedal	AK Bjørgvin	09.06.2018	SM	88,4	104,0	127,0	13,15	6,20	8,38	784,35
+18 år	25	Geir Amund Svan Hasle	Nidelv IL	06.09.2018	SM	98,2	95,0	115,0	19,22	6,70	8,90	783,64

## Jenter

	NR	Navn	Klubb	Dato	Kati	Kr.vekt	Rykk	Støt	Kulekast	40- meter	Tre- Hopp	Poeng
`+18	1	Sarah Hovden Øvsthus	AK Bjørgvin	30.05.2018	SK	52,9	81,0	100,0	16,80	6,70	7,94	894,16
`+18	2	Zekiye C. Nyland	Tysvær VK	09.06.2018	SK	62,5	88,0	102,0	14,85	6,50	8,00	837,81
`+18	3	Marit Årdalsbakke	Tambarskjelvar IL	31.05.2018	SK	68,1	86,0	100,0	15,70	6,30	7,59	808,77
`+18	4	Rebekka Tao Jacobsen	Larvik AK	28.05.2018	SK	55,1	74,0	94,0	10,33	6,70	7,38	765,28
`+18	5	Marie Mossige Grythe	Spydeberg AT	15.09.2018	SK	64,4	80,0	100,0	12,33	6,58	7,46	762,34
`+18	6	Kaia Hillesdal	Lørenskog AK	09.06.2018	SK	57,6	66,0	89,0	11,60	6,32	7,70	751,99
17 - 18 år	7	Tiril Boge	AK Bjørgvin	15.09.2018	JK	51,1	61,0	75,0	12,94	6,93	7,87	745,57
`+18	8	Vibeke Carlsen	Tønsberg-Kam.	15.09.2018	SK	52,7	60,0	73,0	13,50	6,79	7,53	736,16
`+18	9	Mari Rotmo	Trondheim AK	09.06.2018	SK	63,4	75,0	92,0	13,39	6,98	6,96	729,04
`+18	10	Marianne Hasfjord	AK Bjørgvin	09.06.2018	SK	73,9	77,0	97,0	15,55	6,90	7,18	726,28
`+18	11	Emma Hald Kamilla Storstein	AK Bjørgvin	15.09.2018	SK	63,3	76,0	90,0	13,49	7,20	7,06	723,71
`+18	12	Grønnestad	Tysvær VK	09.06.2018	SK	60,2	71,0	85,0	11,00	6,60	7,10	716,90
`+18	13	Ragnhild Haug Lillegård Emmy Kristine L.	Oslo AK	09.06.2018	SK	57,1	61,0	88,0	10,00	6,66	7,30	702,14
`+18	14	Rustad	Grenland AK	15.09.2018	SK	63,5	66,0	81,0	13,25	6,81	7,44	701,97
15 - 16 år	15	Julia Jordanger Loen	Breimsbygda IL	15.09.2018	UK	57,2	54,0	73,0	13,86	6,64	7,17	697,14
`+18	16	Ingvild Brynjulfsen	Trondheim AK	12.07.2018	SK	73,0	78,0	97,0	14,20	7,11	6,77	696,75
`+18	17	Sandra Trædal	Tambarskjelvar IL	09.06.2018	SK	55,5	66,0	83,0	9,55	6,88	6,95	696,10
`+18	18	Maren Fikse	Gjøvik AK	09.06.2018	JK	71,8	75,0	88,0	10,75	6,76	6,90	663,58
`+18	19	Iris Luna Millstein Kaya Synnøve	Tambarskjelvar IL	31.05.2018	SK	58,3	55,0	76,0	8,39	6,30	7,22	656,56
`+18	20	Kristiansen Oda Helene Sunde	Spydeberg AT	09.06.2018	SK	61,1	56,0	77,0	10,20	6,50	7,00	655,66
17 - 18 år	21	Svendsen	Breimsbygda IL	09.06.2018	JK	56,4	52,0	68,0	12,54	6,98	6,93	655,36
`+18	22	Hanna Sletvold	Nidelv IL	31.05.2018	SK	62,9	57,0	72,0	11,90	6,69	6,93	651,90
`+18	23	Sanna Uppling	Spydeberg AT	09.06.2018	SK	62,6	65,0	81,0	9,20	6,83	6,80	646,43
`+18	24	Iselin Hatlenes	AK Bjørgvin	15.09.2018	SK	68,0	67,0	87,0	12,17	7,37	6,47	643,09
17 - 18 år	25	Helene Skugedal	Larvik AK	15.09.2018	UK	56,4	55,0	70,0	10,50	7,29	7,14	636,79

## 15. RAPPORT FRA SPORTSSJEFEN ÅRET 2018

### Kvinner

#### Ungdom

Julia Jordanger Loen fra Breimsbygda IL leverte en solid avslutning på året med flere norske rekorder i 59kg klassen og beste resultat blant ungdomsjentene. Julia er ungdom også i 2019 og har gode forutsetninger for å ta seg til et enda høyere nivå. Helene Skuggedal fra Larvik AK har hatt litt utfordringer i 2018 men fant tilbake til god form på slutten av året og sikret en bronse i sitt siste ungdomsnordisk i København. Bak disse er det flere lovende jenter som er på vei frem og nok vil hevde seg i 2019.

#### Junior

Tiril Boge fra AK Bjørgvin leverte det beste resultatet for junior kvinner i 2018 da hun gikk til topps i 53kg klassen under Juniornordisk i København. Tiril har hatt fin fremgang i sitt første år som juniorløfter, videre utvikling blir spennende å følge. Maren Fikse fra Gjøvik AK gjorde et kjemperesultat under årets junior NM i mai med totalt 8 norske rekorder på samme stevne.

#### Senior

Nivået på våre 10 beste kvinner har vel aldri vært høyere enn i 2018 med hele 6 kvinner over 250 poeng (!!). Best av alle ble Sarah Øvsthus fra AK Bjørgvin med resultatet hun oppnådde på et seriestevne i mai. Under Lag NM i november måtte imidlertid Sarah se seg slått av Sol Anette Waaler fra Trondheim AK som passerte 260 poeng med blant annet en flott norsk rekord med 106kg i støt i 59kg klassen. Ruth Kasirye fra IF Tønsberg-Kameratene gjorde comeback i 2018 og presterte et resultat like under 260 poeng. Videre følger utøvere som Ine Andersson fra Tambaraskjelvar IL og Rebekka Tao Jacobsen fra Larvik AK. Ine var den utøveren som oppnådde høyeste plassering ved EM senior i mars med sin fjerdeplass i støt og det skal bli spennende å se om noen av våre norske utøvere greier å få med seg en medalje neste år.

### Herrer

#### Ungdom

Blant ungdom gutter var det Ragnar Holme fra Tambaraskjelvar IL som oppnådde det beste resultatet i 2018. At Ragnar er et stort styrketalent fikk vi virkelig se gjennom flere norske rekorder. Videre utvikling blir spennende å følge. Aron Süssmann fra Stavanger VK og Håkon Eik Litland fra AK Bjørgvin har også gjort seg bemerket i året som gikk med norske rekorder og fine plasseringer på Nordisk Mesterskap i København i høst. Øystein Alexander Skaug fra Nidelv IL har dessverre slitt med en vond rygg i år men er etter sigende på vei tilbake.

#### Junior

Våre to antatt beste juniorer, Eskil Andersen fra Stavanger VK og Marcus Bratli fra AK Bjørgvin, har begge slitt med skader og sykdom i 2018. Både Eskil og Marcus er heldigvis på vei tilbake og vi unner dem et bedre år i 2019. I Andersen og Bratli sitt fravær var det Mathias Hove Johansen fra Stavanger VK som oppnådde det beste resultatet i år og den eneste over 300 poeng. Mathias kan skilte to nordiske medaljer i 2018 i to ulike idretter, i friidrett på 200m og i 85kg klassen for junior i vektløfting. Mathias avsluttet også året med å sette norske rekorder. Robert Andre Moldestad fra Breimsbygda IL tok Norges eneste gullmedalje for herrer under junior Nordisk da han vant 62kg klassen med et flott resultat. Bendik Dalen fra Stavanger VK er en treningsvillig gutt som vi nok vil se mer av fremover men da som representant for den ny oppstartede klubben Kvadraturen VK i Kristiansand.

#### Senior

Situasjonen for senior herrer i Norsk Vektløfting har i 2018 vært todelt: på den ene siden har man sett noen av de beste resultatene oppnådd på flere år gjennom Roger Myrholt og Kim Eirik Tollefsen som begge løfter for IF Tønsberg-Kameratene. På en annen side ser vi at begge Tambaraskjelvar guttene Sindre Rørstadbotnen og Vebjørn Varlid, som har preget norsk toppløfting i mange år, la opp i året som gikk. Det er bare å håpe at Roger og Kim Eirik sine resultater gir inspirasjon til flere av våre mannlige utøvere til å satse på idretten og ta det hele til et enda høyere nivå. Kanskje Sindre og Vebjørn også kan bidra med sine erfaringer til å hjelpe frem disse utøverne? Prestasjonene til våre to beste herreløftere er selvfølgelig bemerkelsesverdig men vi håper også at

utøvere som Jantsen Øverås (Tambarskjelvar IL), Daniel Roness (Spydeberg Atletene), Håvard Grostad (Nidelv IL) og Mats Olsen (IF Tønsberg-Kameratene) vil kunne jobbe seg oppover resultatlistene i året som kommer.

Jarleif Amdal  
Sportssjef  
Norges Vektløfterforbund

## 16. RAPPORT FRA VETERAN AKTIVITETEN 2018.

### NM Vigrestad

Vi har lagt bak oss et nytt godt år for våre veteraner. NM i mai var med rekorddeltakelse for damene og totalt antall. Det deltok 11 damer og 44 herrer og alle gjennomførte med godkjent sammenlagresultat. Det ble satt hele 59 norske rekorder, 22 for damene og 37 for herrene, og 23 blir stående som historiske i de gamle vektklassene.

Jannicke Aasen, Hillevåg ble beste dame med 214 veteranpoeng, foran Oddry Folkestad, TAK med 204 poeng og Anna Røed Nyland, Haugesund med 185 poeng.

Tore Bjørnsen, SVK ble beste mannlige løfter med 385 veteranpoeng, foran Ronny Matnisdal, Vigrestad, med 377 poeng og Jan Nystrøm med 357 poeng.

### EM i Budapest

I juni gikk ferden for 13 av våre beste veteraner til EM i Budapest, hvor våre 5 damer og 8 herrer tok hjem 1 gull, 2 sølv og 6 bronsemedaljer som følger:

Oddry Folkestad tok gull i sin internasjonale debut i K35 58 kg med 58 – 78 – 136 kg

Trine Munkvold Lindseth tok sølv i sin debut i K35 90 kg med 57 - 70 – 127 kg

Jan Nystrøm tok sølv i M70 105 kg med 70 – 88 – 158 kg

Roald Bjerkholt tok bronse i M75 105 kg med 48 – 55 – 103 kg

Johan Thonerud tok bronse i M65 94 kg med 69 – 90 – 159 kg

Rune Johansen tok bronse i M60 +105 kg med 78 – 108 – 186 kg

Alexander Bamahnyar tok bronse i M50 105 kg med 96 -129 – 225 kg

Ørjan Østhus tok bronse i M35 94 kg med 122 – 140 – 262 kg

Ingeborg Endresen tok bronse i K35 90 kg+ med 54 – 65 – 119 kg

Eva Bjørkeng ble nr. 4 i K45 58 kg med 45 -55- 100 kg

Jøran Herfjord ble nr. 4 i M50 105 kg med 96 – 125 – 219 kg

Siren Loy ble nr. 5 i K40 75 kg med 50 – 70 – 120 kg

David Haraldsen fikk underkjent alle sine rykk.

### VM i Barcelona

ble avviklet i august med 12 norske deltakere. De forsynte seg grovt av medaljebordet med 6 gull, 1 sølv og 1 bronse, som følger:

Oddry Folkestad tok gull i K35 53 kg med 58 – 77 – 135 kg

Kolbjørn Bjerkholt tok gull i M75 +105 kg med 57- 70 – 127 kg

Johan Thonerud tok gull i M65 94 kg med 71 – 90 – 161 kg

Jan Nystrøm tok gull i M70 +105 kg med 68 – 90 – 158 kg

Ronny Fevåg tok gull i M45 105 kg med 121 – 157 – 278 kg

Ronny Matnisdal tok gull i M40 77 kg med 121 – 134 – 255 kg

Terje Gulvik tok sølv i M55 94 kg med 90 – 118 – 208 kg

Børge Aadland tok bronse i M40 105 kg med 118 – 155 – 273 kg

Roald Bjerkholt ble nr. 4 i M75 105 kg med 47 – 56 – 103 kg

Alexander Bamahnyar ble nr. 4 i M50 105 kg med 101 – 125 – 226 kg

Jøran Herfjord ble nr. 5 i M50 105 kg med 95 – 115 – 210 kg

Rune Johansen fikk 79 kg i rykk og måtte avslutte konkurransen med skade

## Lagserien 2018

menn ble vunnet av Grenland med 4.150 poeng foran TAK med 4.126 poeng. TAKs veterandamer gikk av med seieren med 1.743 poeng foran AK Bjørgvins med 1.560 poeng.

## Lagfinalen 2018

byttet damelagene plass og AK Bjørgvin gikk seirende ut. I herreklassen ble det som vanlig jevnt og spennende mellom Grenland og TAK, hvor Grenland trakk det lengst strået og oppnådde solide 1044 poeng mot TAKs 1038 poeng. Beste dameløfter ble Oddry Folkestad med 206 poeng og beste herreløfter ble Ronny Fevåg med 371 poeng.

---

Jan Nystrøm

## 17. RAPPORT FRA REGIONENES AKTIVITET 2018

### Nordenfjeldske vektløfterregion

2018 ble nok et sportslig godt år for regionen, både med tanke på topp og bredde.

I mai arrangerte regionen for første gang ungdomssamling over en helg. På samlingen deltok åtte løftere fra Nidelv IL, to løftere fra Trondheim AK og seks løftere fra Hitra VK. Totalt 16 løftere i alderen 11 til 16 år. Selve øktene foregikk i Hitra VK sine lokaler på Sandstad, der det ble mange gode treningsøkter, felles aktiviteter og middag for alle sammen på kvelden. Med disse ungdomssamlingene håper vi å øke motivasjonen til unge løftere og skape en arena der ungdommene blir kjent med hverandre på tvers av klubbene. Absolutt en vellykket helg som vi håper å kunne arrangere i årene fremover også.

Av kursvirksomhet er det blitt arrangert dommerkurs på Hitra og i Tromsø og Trener I kurs i Bodø. Vi er veldig glade for å se at klubbene nord for Namsos vokser og at det er mange engasjerte utøvere som ønsker å tilegne seg ny kunnskap på kursene.

Landsdelsmesterskap («LM Nordenfjeldsk»), regionalt mesterskap (RM) i 5-kamp og RM arrangeres hvert år etter turnusordning blant de aktive klubbene. RM 5-kamp hadde en litt bedre deltagelse i 2018 enn året før med 28 stk påmeldte. 2 av 3 puljer var ungdomsløftere så dette er en positiv trend! Deltagelsen på LM (66 utøvere) og RM (55 utøvere) var også veldig bra. Årets Hitra cup ble dessverre avlyst pga for få deltagere.

På nasjonalt nivå har regionen hatt mange fine plasseringer, både på ungdoms-, junior- senior og veterannivå. På ungdoms-NM kapret Mats Hofstad, Hannah Økland, og Amalie Straume hver sin gullmedalje under NM Ungdom på Vigrestad. Ronja Lenvik og Åse Johanne Berge fikk også gull i hver sin klasse. Øystein Alexander Skauge vant også soleklar gull i sin klasse. Under NM junior tok Kim Alexander Kværnø andreplassen bak Marcus Bratli fra AK Bjørgvin i -62. I -77 vant Øystein Alexander Skauge soleklart med Remy Aune på en fin tredjeplass. Mikal Akset fikk 3. plass i -94. På kvinnesiden tok Ronja Lenvik og Åse Johanne Berge henholdsvis 2. og 3. plass i -53. Ida Regine Thorstensen fra Tromsø AK tok 3. plassen i -69. I samme klasse tok Hanna Økland 5. plass. I -75 tok Amalie Straume en fin 3. plass. På NM senior ble det gull på Sol Anette Waaler og bronse på Kristin Solbakken i -58 klassen. I -75 tok Tiril Tøyen tredjeplassen mens Martine Halvorsen Sønju kapret andreplass i -90. Håvard Grostad vant gullet i -94. Under NM veteran ble Oddry Folkestad, Renate Overholdt og Kine Meland alle norgesmestere i hver sin klasse i NM veteran. Det samme ble Ståle Eriksen fra Alta AK, Bjørn Tore Wiik, Leif Hepsø, Bjørn Lie og Sverre Winnberg fra Namsos. Kåre Sagmyr fra Nidelv IL ble også norgesmester i sin klasse. På NM 5-kamp vant Åsa Johanne Berge og Ronja Lenvik henholdsvis gull og sølv. I dameklassen ble Elisabeth Settem regionens beste med en andreplass i klassen sin. Mats Hofstad fikk sølv i sin klasse. Under NM lag, arrangert i Rosenhallen, fikk Trondheim Atletklubbs junior kvinner bronse. For junior menn gikk bronzen til Nidelv IL. Veteranlagene til Trondheim Atletklubb fikk sølv i både menn- og kvinneklassene. For ungdom gutter fikk Nidelv IL bronse og Hitra VK en sterk fjerdeplass. Trondheim Atletklubbs damelag fikk sølv.

På elitenivå har Sol Anette Waaler hatt et formidabelt år med flere internasjonale plasseringer. Hun ble nr. 5 i EM i mars. Hun fikk også sølv i International Women Weightlifting Grand Prix 2018 på Tenerife. Hun mottok

regionens elitestipend for 2018. Det har også vært andre internasjonale begivenheter å glede seg over. Mari Rotmo fikk også en imponerende andreplass under International Women Weightlifting Grand Prix 2018 på Tenerife. Under VM Veteran i Barcelona gjorde regionens veteraner stor suksess. Jan Nystrøm ble verdensmester for veteran for femte gang. Gull ble det også til Ronny Fevåg og Oddry Folkestad.

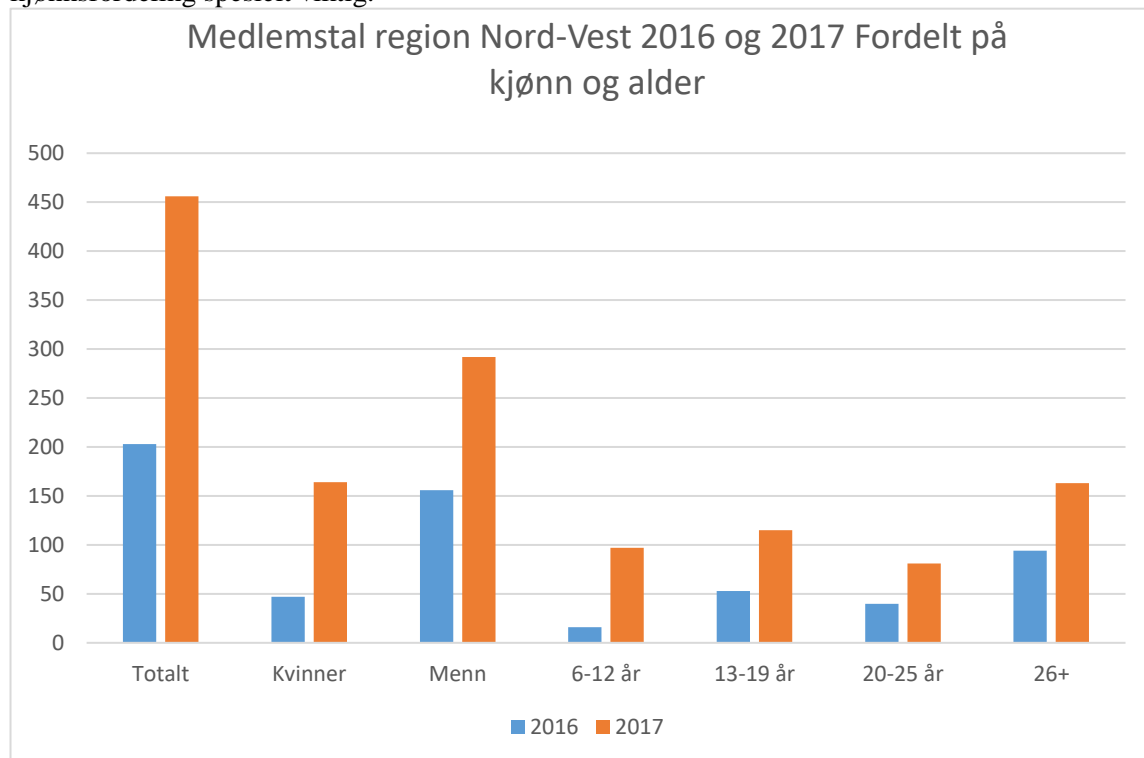
Vi er veldig glade for å se at miljøet for vektløfting dukker opp på stadig nye plasser i regionen, samtidig som det drives godt i de allerede etablerte klubbene. Vi er også glade for å se at aktiviteten på ungdoms- og juniorsiden blomstrer. Tromsø AK har hatt løftere på junior-NM, og vi håper på flere i årene som kommer. Blant utøverne på regionslaget har det i løpet av året vært en del utskiftninger av utøvere som har sluttet, men dette gir på den andre siden plass til nye og motiverte utøvere.

Mia Tiller Mjøs, regionleder

## Nord-Vestlandet vektløfterregion

### Oppsummering 2018.

Regionen og laga har lagt ned eit stort rekrutteringsarbeid siste åra. Både i sbd med EM 2016 og skuleprosjekt og regionsamlingar med vekt på rekruttering. I tillegg til tradisjonell oppfylging av dei beste. Og opplevde av den grunn ei gledeleg dobling av medlemstala i 2017 (sjå graf). Auken av barn og ungdom og betre kjønnsfordeling spesielt viktig.



Vi har i 2018 satsa på å halde medlemstalet. Men vonar sjølsagt på auke også når 2018-tala blir klare til våren. Vi har i 2018 som tidlegare køyrt opne regionsamlingar også for dei yngste. Og fått til samtreningar mellom laga.

Skulen der vi møter alle har vore eit særskilt satsingsområde. Regionen og laga samarbeidde også i år om aktivitetsdag for 8-9. klasse ved Naustdal skule i juni. Naustdal skule vidarefører valfag vektløfting/styrketrening for 8. og 9.klasse med Sandra Trødal som lærar. Ved Firda vgs har det frå skuleåret 2017-18 vore så mange som har tatt styrketrening/vekløfting som fordjuping at Bjarne og Ola Bergheim er blitt leigt inn som timelærarar. 1 veketime på årsbasis som blir tatt ut som dobbelttime annankvar veke. Våre to dyktige regionstrenarar, Yngve Apneseth og Bjarne Bergheim har delt ansvar med overlapping: Yngve har hatt hovudansvar for oppfylging av dei beste utøvarane, Bjarne for rekruttering og skuleopplegg. . Regionen har lagt nokre av samlingane til Naustdal. Og då brukt Tambar sine lagstrenarar i tillegg. M.a. då Tambar hadde besøk av 3 Latviske ungdomsløftarar med trenar veka før skulestart i haust. Lagstrenarane står for den daglege oppfylginga.

Yngve har og tatt på seg jobben som dommarinstruktør og kørde sitt første kurs på Jølster i november. Alle 6 deltakarane (3 frå Breimsbygda, 2 frå Jølster, 1 frå Tambarskjelvar) klarte kravet til forbundsdommar.

Tambarskjelvar er framleis flaggskipet på seniorsida med 2. plass i senior elite på NM lag både på kvinne- og herrelaget. I Nordisk senior hadde Tambar 3 deltakarar med slik plassering: Marit Årdalsbakke (sølv), Jantsen Øverås (4. plass), Vebjørn Varlid (skade). På EM senior vart Ine Andersson nr 8 og Marit Årdalsbakke nr 9. Ine deltok og på VM i Turkmenistan der ho diverre vart uplassert pga bom i støt. Tambarskjelvar har i år i tillegg til seniorane fått opp svært sterk ungdomsgruppe. Gutelaget tok gull og jentene bronse i NM lag ungdom. Tambar rykka opp frå 6. i fjor til 2. plass i år i NVF si kåring Årets klubb, basert på NM-resultat og lagseriane. Breimsbygda hevdar seg godt i ungdom og junior. To deltakarar på nordisk: Robert Andre Moldestad vart nordisk meister i junior 62 kg. Julia Jordanger Loen tok 4.plass i ungdom 58 kg berre 3 kg bak gull. Breimsbygda tok 3 sølv i NM lag: jenter ungdom og junior og gutar junior. Og enda på 6. plass i Årets klubb.

Spesielt gledeleg at Jølster IL i år har fått juniorjenter i landstoppen: Oda Helene Sunde Svendsen deltok på landslagssamling. Kristina Støfring sette på slutten av året norske rekordar i den nye vektclassa 81 kg junior.

Gledeleg mange frå regionen sette norske rekordar i dei nye klassene som vart innførte 1.11: I tillegg til Kristina frå Jølster dei to Breimsbygda-jentene Julia Jordanger Loen (ungdom) og Vilde Sårheim (junior). Og frå Tambarskjelvar Carmen Grimseth og Ragnar Holme (ungdom) og Lone Kalland (senior).

I sbd med Tambarskjelvar sitt tradisjonelle julestemne 26.12 delte regionen for første gong ut stimuleringsprisar for ungdom og junior: Til dei laga som hadde hatt lag i finalen i NM lag, og til dei som hadde sett norske rekordar og/eller vore med på nordisk.

Oppsummeringsvis har regionen lukkast med å kombinere breidde og rekruttering av barn og ungdom med nasjonale toppresultat. Og vil jobbe vidare i begge hovudretningar.

Ola Bergheim , regionsleiar

## **Østlandet vektløfterregion**

Resymé 2018

2018 ble nok et krevende og aktivt år der utviklingen i regionen tok noen viktige steg videre.

På organisasjonssiden skjedde det gledelige at en vektløfterklubb omsider ble etablert igjen i Hedmark fylke, nemlig Elverum Atletklubb, med Robert Grønland som leder. Dermed omfatter Østlandet Vektløfterregion nå fem fylker.

Våre utøvere hentet en rekke medaljer i mesterskap. Her nevnes gull til Melissa Schancke og Daniel Roness i NM Senior, gull til Maren Fikse i NM Junior og gull til Johan Thonerud i VM Veteran. Regionens løftere satte i alt 27 nye Norgesrekorder i løpet av året..

Hele 94 stevner ble arrangert, inkludert Landsdelsmesterskap (ØM), RM og RM 5-kamp. Det er en økning på 36 % fra fjoråret.

Videre sørget våre regionstrener, Fredrik K. Gyllensten og Egon Vee-Haugen, for at vi i fikk opprettet vårt eget regionslag, og det ble for første gang holdt en egen samling for regionens lag.

For første gang ble det holdt introduksjonskurs i vektløfting for elever fra tre forskjellige skoler i regionen. For øvrig ble dommer-, trener og lederkurs, samt 3 regionstreningssamlinger, 1 klubblederkonferanse, 5 regionsstyremøter og ordinært regionsting avholdt.

Samtlige aktiviteter og tiltak i 2018 ble gjennomført i henhold til handlingsplanen og regionens økonomi er god.

Hans Martin Arnesen, leder i Østlandet Vektløfterregion

## **Sør-Vestlandet vektløfterregion**

## **Telemark, Buskerud, Vestfold vektløfterregion**



## 18. UTDANNINGSKONSULENTEN VEDRØRENDE UTDANNING 2018

Det første året som utdanningskonsulent i NVF har vært et spennende og innholdsrikt år. Som i alle nye jobber er det mye nytt å sette seg inn i, og året har blitt brukt til å lære seg hvordan idretten og NVF fungerer. Samtidig har aktiviteten rundt utdanning vært stor! Det har blitt avviklet fire trener I-kurs rundt i regionene, totalt 40 deltakere. Trener II har blitt avholdt med sitt andre kull, der 14 deltakere nå skal bruke 2019 på praksis for å fullføre trener II-kompetansen. Det ble avholdt fire dommerkurs i løpet av året og vi har nå 24 nye dommere klare.

### **Årlig utviklingsseminar**

På det årlige utviklingsseminaret før Tinget deltok 39 delegater fra klubber, regioner og forbundsstyret. Seminaret tok for seg utdanningskonsulentens arbeidsoppgaver relatert til klubber og regioner, post 3-midler og aktivitetsskapende tiltak. Vi fikk besøk fra NIF ved Kathrine Godager, og fikk god hjelp til å nøste opp i bruksområdene post 3-midlene skal være innenfor.

### **IWF Development program 2018**

Årets development program i samarbeid med det internasjonale vektløfterforbundet gikk over to dager med interne og eksterne foredragsholdere, og representanter fra alle klubber og regioner var invitert. Lørdag startet med en introduksjon fra utdanningskonsulent Tiril Tøien og president Hilde Næss. Det politiske rammeverket ble presentert av presidenten og det var gode uformelle diskusjoner rundt klubb utvikling. Videre presenterte utdanningskonsulenten det organisatoriske arbeidet som ligger bak klubb utviklingen og demonstrerte det elektroniske registreringssystemet (Min Idrett) som brukes i norske idrett. Dag 1 ble avsluttet med en workshop i regi av Utdanningsutvalget, representert ved Lars Espedal og Eirik Mølmsaug, hvor de på vegne av Utdanningsutvalget presenterte en ny modell for klubb utvikling.

IWFs utviklingsprogram fortsatte på søndag med en ekstern foredragsholder fra Norsk olympisk og paralympisk komité og idrettsforbundet (NIF). Åsmund Sæbøe, fra NIF, ga representantene en introduksjon til hva NIF gjør i arbeidet med klubb utvikling. Sæbøe fulgte sin egen introduksjon ved å skape flere workshops hvor representanter fra regioner og klubber kunne jobbe i grupper for å utvikle og diskutere strategier for klubb utvikling og praktiske implikasjoner av disse. Søndagsøkten ble avsluttet etter en workshop om sport for alle ([www.allemed.no](http://www.allemed.no)). En vurdering av dagens standpunkt om hvordan vi kan jobbe med inkludering for alle, ble gjort i grupper og diskutert i plenum.

### **Utdanningsutvalget**

Det nyopprettede utdanningsutvalget har bestått av Eirik Mølmsaug (særskilt ansvar for dommer utvikling), Lars Espedal (barne- og ungdoms utviklingsansvarlig) og Jan Egil Trøan (trenerløypeansvarlig). Vi har hatt tre møter i løpet av året, der klubb utviklingsarbeidet har vært i fokus, og vi har sett etter løsninger på hvordan vi kan sette dette viktige arbeidet inn i system. I tillegg ble det, etter involvering fra seminardeltakere, besluttet å lage nye etter- og videreutdanningsmoduler (EVU); en for lagledere og en for barne- og ungdomstreneren. Begge deler videreføres inn i 2019, og vi gleder oss til å fortsette dette arbeidet.

Tiril Tøien  
Utdanningskonsulent

## 19. ÅRSRAPPORT FRA TEKNISK UTVALG 2018

### Teknisk utvalg har bestått av:

Trygve Duun, Tor Steinar Herikstad, Rebecca Tiffin

Utvalget hadde flere omfattende oppgaver i 2018 all den tid det ble innført nye vektklasser.

Nye krav til både kvalifisering til de forskjellige NM samt å innsette standarder for norske rekorder. Også ekstern hjelp ble innhentet. Marius Lie Winger arbeidet frem et matematisk forslag for styret når det gjaldt de nye merkekravene i de nye vektklassene.

I tillegg ble det arbeidet med at det skulle være mulig å arrangere større mesterskap på 2 dager, dvs lørdag og søndag. For å få klare dette må mesterskapene avvikles ved hjelp av to plattformer.

### Dommere

Dommere til norske mesterskap.

For å sikre god kompetanse ved de mange mesterskapene ble både nasjonale og internasjonale dommere uten lokal tilknytning benyttet. Dette i samarbeide med arrangørene.

### Nye internasjonale dommere, Technical Official (TO).

Tor Steinar Herikstad besto eksaminasjon til TO II ved NM i Naustdal 16-18 februar 2018.

Trond Kvilhaug bestå eksaminasjon til TO I ved Nordisk mesterskap i København 13-14 oktober 2018.

### Internasjonale oppdrag.

Teknisk utvalg oppdaterer fortløpende runderingslisten for internasjonale oppdrag. I de tilfeller der en dommer som blir spurt svarer nei, har turen gått til nestemann. Den som svarer nei stiller deretter bak i køen som om han hadde svart ja. Ved vurdering av uttak til EM og VM har vi i stor grad tatt hensyn til muligheten for å bli tatt ut som dommer. Ved VM er det et krav at en er TO I.

### Oversikt over NVFs godkjente dommere.

Dommere fordelt på klubber samt oversikt over antall dommeroppdrag i 2018 ligger på NVFs nettside.

<https://vektlofting.klubb.nif.no/dokumentarkiv/Sider/Lov-og-reglement.aspx>

### Internasjonale dommere pr 31.12.2018

#### Med lisens:

Trygve Duun	Trondheim AK	TO. I
Trond Kvilhaug	Nidelv IL	TO. I
Hilde Næss	Lørenskog AK	TO II
Trond Kvilhaug	Nidelv IL	TO II
Arne Grostad	Nidelv IL	TO II
Sigvald Monsen	Hillevåg AK	TO II
Kira Ingelsrudøyen	Larvik AK	TO II
Jan Nystrøm	Trondheim AK	TO II
Ole Jacob Aas	T&IL National	TO II
Johnny Sandvik	AK Bjørgvin	TO II
Steinar Kvame	Tambarskjelvar IL	TO II
Tor Steinar Herikstad	Vigrestad IK	TO II
Larisa Izumrudova	Vigrestad IK	TO I (fra 2019)

**Uten lisens:**

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
Sigurbjørn de Lange	Tønsberg – Kameratene	TO II
Svein Skeiseid	Haugesund Vektløfterklubb	TO II
Tore Bjørnsen	Stavanger Vektløfterklubb	TO II
Torstein Gjervan	Trondheim AK	TO II

**Dommerinstruktører.**

Sør-Vestlandet	Tor Steinar Herikstad
Nord-Vestlandet	Reidar C. Johnsen, Yngve Apneseth
Østlandet	Eirik Mølmshaug, Nicolai Roness
Telemark-Vestfold-Buskerud	
Nordenfjeldske	Tryggve Duun

**Dommerutdanning 2018.**Dommerkurs kurs 1. 23-25 mars, Tromsø, Nordenfjeldske vektløfterregion

## Instruktør Tryggve Duun

Nystad, Eskil	23.03.1993	F	Tromsø Atletklubb
Bjørkeng Eva Katrin	02.09.1969	F	Tromsø Atletklubb
Haug Sofie Flyvholm	26.07.1994	F	Tromsø Atletklubb
DalanM ichael	15.10.1985	F	Tromsø Atletklubb
Thorstensen Ida Regine	27.09.1999	F	Tromsø Atletklubb
Hekkilæ Marianne Fossli	25.03.1997	F	Tromsø Atletklubb

Dommerkurs kurs 2. 14-15 april Spydeberg, Østlandet Vektløfterregion

## Instruktør Eirik Mølmshaug

Aas Leik Simon	11.01.1989	F	National, Turn og IL
Minge Richard Sander Garberg	01.08.1995	R	National, Turn og IL
Furevik Bent Anders	30.08.1988	F	Lørenskog Atletklubb
KjeldnerAndres Mauricio	01.07.1985	R	Spydeberg Atletene
Haakstad Marie	10.05.1985	F	Spydeberg Atletene
Øverås Jant en	02.09.1994	F	Tambarskjelvar,IL

Dommerkurs kurs 3. 1-3 juni, Hitra,Nordenfjeldske vektløfterregion

## Instruktør Tryggve Duun

Aune Roar	10.12.1971	F	Hitra Vektløfterklubb
Schei Randi	01.04.1977	F	Hitra Vektløfterklubb
Kværnø Kim Alexander	24.09.2000	F	Hitra Vektløfterklubb
Johnsen Roger	14.04.1973	F	Hitra Vektløfterklubb
Klungervik Runar	09.11.1996	F	Hitra Vektløfterklubb
Bjørstad Tore Aftret	05.06.1990	F	Hitra Vektløfterklubb

## Dommerkurs kurs 4, 10-11 november, Jølster, Nord-Vestlandet vektløfterregion

### Instruktør Yngve Apneseth

Førde Vebjørn Sundal	03.10.2000	F	Breimsbygda IL
Reiakvam Annette Irene Veien	28.09.1976	F	Tambarskjelvar IL
Dale Mathias	24.01.2003	F	Breimsbygda IL
Svendsen Oda Helene Sunde	20.01.2000	F	Jølster IL
Støfring Kristina	22.04.2000	F	Jølster IL
Førde Kristian Sundal	13.11.2003	F	Breimsbygda IL

### Status dommere etter året 2018

Oversikt over hvem som har mistet dommerlisensen eller har blitt nedgradert fra forbundsdommer til regiondommer fra 1.1.2019 på grunn av manglende dommeraktivitet:

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 dommerkortet i 2018:

Bjørnødegård	Tor Magne	Gjøvik AK
Heyn	Margrethe	Larvik AK
Idsal	Sander G.	Stavanger VK
Jahnsen	Lars Vegard	Tønsberg-Kam.
Jordalen	Anja-Evelin	AK Bjørgvin
Rasmussen	Jørn Petter	Stavanger VK
Strand	Aksel	Dale IL

### Nedgradert til regionsdommere i 2018.

Aase	Mathias	Tambarskjelvar
Bjerke	Terje	Oslo AK
Dagsland	Per Olav	Hillevåg AK
Dang	Philip Mirzai	Oslo AK
Debek	Boguslaw	Spydeberg AT
Devik	Evald Osnes	IL Brodd
Fevåg	Ronny	Trondheim AK
Gillerhaugen	Stig Henning	Gjøvik AK
Grostad	Janne	Nidelv IL
Haukali	Jens	AK Bjørgvin
Hansen	Beate Nyhammer	AK Bjørgvin
Helleren	Magnar	Vigrestad IK
Høyland	Kristian	Vigrestad IK
Johansen	Johannes N.	Gjøvik AK
Kvassheim	Hans Mogens	Hillevåg AK
Larsen	Oddgeir	Flaktveit IK
Markhus	Helene Angelica	Flaktveit IK
Rasmussen	Elin	Hillevåg AK
Settem	Elisabeth	Trondheim AK
Våge	Alexander Kolstø	Haugesund VK
Aase	Mathias	Tambarskjelvar

## 20. STYRETS BERETNING 2018

### Styremøter 2018:

#### Møte 1:Torsdag 4. januar, Radisson Blu,Værnes

Styret.  
President Hilde Næss  
Visepresident Tryggve Duun  
Styremedlem Fredrik Kvist Gyllensten  
Styremedlem Katarina S. Hoff  
Styremedlem Børge Aadland  
Varamedlem Tor Steinar Herikstad (forfall)  
Varamedlem Ingvild Pettersen-Ervik (forfall)  
Ansatte:  
Sportssjef Jarleif Amdal  
Utdanningskonsulent Tiril Tøien  
Generalsekretær Arne Grostad

#### Møte 2: Torsdag 6 februar, Radisson Blu Gardermoen.

Styret:  
President Hilde Næss  
Visepresident Tryggve Duun  
Styremedlem Fredrik Kvist Gyllensten (forfall)  
Styremedlem Katarina S. Hoff  
Styremedlem Børge Aadland  
Varamedlem Tor Steinar Herikstad  
Varamedlem Ingvild Pettersen-Ervik  
Ansatte:  
Sportssjef Jarleif Amdal  
Utdanningskonsulent Tiril Tøien  
Generalsekretær Arne Grostad

#### Møte 3: Søndag 15 april Park Inn, Gardermoen

Styret:  
President Hilde Næss  
Visepresident Tryggve Duun  
Styremedlem Fredrik Kvist Gyllensten (møtt 13,30)  
Styremedlem Katarina S. Hoff (forfall)  
Styremedlem Børge Aadland  
Varamedlem Tor Steinar Herikstad  
Varamedlem Asta Fjærli Rønning  
Ansatte:  
Sportssjef Jarleif Amdal  
Utdanningskonsulent Tiril Tøien  
Generalsekretær Arne Grostad

## Møte 4:Torsdag 7 juni Radisson Blu Gardermoen

Styret:

President Hilde Næss

Visepresident Tryggve Duun

Styremedlem Fredrik Kvist Gyllensten

Styremedlem Katarina S. Hoff (forfall)

Styremedlem Børge Aadland

Varamedlem Tor Steinar Herikstad

Varamedlem Asta Fjærli Rønning

Ansatte:

Sportssjef Jarleif Amdal

Utdanningskonsulent Tiril Tøien

Generalsekretær Arne Grostad

## Møte 5 Torsdag 5 oktober Radisson Blu Gardermoen

Styret.

President Hilde Næss

Visepresident Tryggve Duun

Styremedlem Fredrik Kvist Gyllensten (forfall)

Styremedlem Katarina S. Hoff (forfall)

Styremedlem Børge Aadland

Varamedlem Tor Steinar Herikstad

Varamedlem Asta Fjærli Rønning

Ansatte:

Sportssjef Jarleif Amdal

Utdanningskonsulent Tiril Tøien

Generalsekretær Arne Grostad

## **21. NORGES VEKTLØFTERFORBUND DRIFT**

Kontor:

Midtre Flatåsveg 8. 7499 Flatåsen

Postboks: 9904 Trondheim

Ansatte:

Arne Grostad generalsekretær i 50 % stilling. Arbeidssted i Trondheim.

Jarleif Amdal kombinert sportsjef og trener i 40 % stilling. Arbeidssted i Tønsberg.

Tiril Tøien utdanningskonsulent i 40% stilling. Arbeidssted i Trondheim.

Internett

Internettsidene [www.vektlofting.no](http://www.vektlofting.no)

NVFs nettsider er videreutviklet innenfor det vi kan gjøre uten økonomiske konsekvenser.

Webmaster for sidene er visepresident Tryggve Duun

«Live streaming»

Livestreaming er tatt i bruk ved større mesterskap med selveid utstyr. Dette har gitt positive tilbakemeldinger. Det har blitt investert i bedre utstyr slik at det skal bli mulig å følge med i utviklingen av større deltakelser på mesterskap.

NVFs «livestream» ansvarlig er Tryggve Duun. Terje Boge har i år bistått ved større mesterskap.

## Sosiale medier

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

## Mesterskap

Ved større stevner er det etter hvert et omfattende arbeide med å koble opp systemet som «kjører» mesterskapet. Her har også i 2018 Hans Hagenes vært primus motor og gjort en stor innsats.

NVF har ved å investere i en «utvidet nøkkel» gjort det mulig for systemet å «kjøre» to platter samtidig.

## **22. REGNSKAPET 2018**

### 22.1 Generelt

Regnskapet 2018 er dette ført av Katarina Sederholm Hoff.

Revisor for regnskapsåret 2018 har vært Bjørn Gundersen fra revisjonsfirmaet Bjørn Gundersen AS.

Regnskapet 2018 viser et underskudd på kr 109 866,-

### 22.2 Resultatregnskapet og balanse 2018

**NORGES VEKTLØFTERFORBUND**

Org. nr. 871484082

<b>Resultatregnskap</b>	<b>Note</b>	<b>2018</b>	<b>2017</b>
<b>Driftsinntekter</b>			
Sølgssinntekt		3 102 899	3 075 194
Annen driftsinntekt		316 007	320 131
<b>Sum driftsinntekter</b>		<b>3 418 906</b>	<b>3 395 325</b>
<b>Driftskostnader</b>			
Lønnskostnad	1	854 290	594 011
Annen driftskostnad		2 668 951	2 797 599
<b>Sum driftskostnader</b>		<b>3 523 241</b>	<b>3 391 610</b>
<b>DRIFTSRESULTAT</b>		<b>-104 335</b>	<b>3 715</b>
<b>Finansinntekter og finanskostnader</b>			
Annen renteinntekt		0	1 218
<b>Sum finansinntekter</b>			<b>1 218</b>
Annen rentekostnad		1 247	0
Annen finanskostnad		4 284	0
<b>Sum finanskostnader</b>		<b>5 531</b>	<b>0</b>
<b>Netto finansposter</b>		<b>-5 531</b>	<b>1 218</b>
Ordinært resultat før skattekostnad		-109 866	4 933
<b>ÅRSRESULTAT</b>		<b>-109 866</b>	<b>4 933</b>
<b>Overføringer og disponeringer</b>			
Overføring til/fra annen egenkapital		109 866	4 933
<b>Sum overføringer og disponeringer</b>		<b>109 866</b>	<b>4 933</b>



**NORGES VEKTLØFTERFORBUND**

Org. nr: 871484082

<b>Balanse pr. 31.12</b>	<b>Note</b>	<b>2018</b>	<b>2017</b>
<b>EIENDELER</b>			
<b>ANLEGGSMIDLER</b>			
<b>Finansielle anleggsmidler</b>			
Investeringer i aksjer og andeler	2	98 508	48 509
<b>Sum finansielle anleggsmidler</b>		<b>98 508</b>	<b>48 509</b>
<b>Sum anleggsmidler</b>		<b>98 508</b>	<b>48 509</b>
<b>OMLØPSMIDLER</b>			
<b>Fordringer</b>			
Kundefordringer		135 371	0
Andre fordringer		0	54 866
<b>Sum fordringer</b>		<b>135 371</b>	<b>54 866</b>
Bankinnskudd, kontanter og lignende		741 513	916 409
<b>Sum omløpsmidler</b>		<b>876 884</b>	<b>971 275</b>
<b>SUM EIENDELER</b>		<b>975 392</b>	<b>1 019 784</b>
<b>EGENKAPITAL OG GJELD</b>			
<b>EGENKAPITAL</b>			
<b>Opptjent egenkapital</b>			
Annen egenkapital	1	784 509	894 375
<b>Sum opptjent egenkapital</b>		<b>784 509</b>	<b>894 375</b>
<b>Sum egenkapital</b>		<b>784 509</b>	<b>894 375</b>
<b>GJELD</b>			
<b>Kortsiktig gjeld</b>			
Skyldige offentlige avgifter		51 002	32 461
Annen kortsiktig gjeld		139 881	92 948
<b>Sum kortsiktig gjeld</b>		<b>190 883</b>	<b>125 409</b>
<b>Sum gjeld</b>		<b>190 883</b>	<b>125 409</b>
<b>SUM EGENKAPITAL OG GJELD</b>		<b>975 392</b>	<b>1 019 784</b>

Trondheim/Oslo 01.03.2019

---

Hilde Næss  
President

---

Tryggve Duun  
Visepresident

---

Katarina S Hoff  
Styremedlem

---

Børge Aadland  
Styremedlem

---

Fredrik K Gyllensten  
Styremedlem

---

Arne Grostad  
Generalsekretær


## Prosjektregnskap 2018

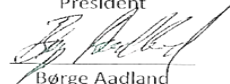
PROSJEKT	Stevneutgifter	BUDSJETT 2017	SLUTTREGNSKAP 31.12 2017	SLUTTREGNSKAP 31.12 2018	BUDSJETT 2 018
50001	Nordisk J/U	190 000	127 221,28	96 465,13	100 000
50000	Nordisk Senior	100 000	89 704,23	104 397,00	140 000
50002	EM Junior/EM u23	86 000	74 157,26	55 574,58	80 000
50003	EM senior	120 000	150 045,98	131 974,23	131 000
50007	VM senior	51 000	61 841,07	88 987,00	100 000
50004	VM Junior	60 000			30 000
32000	Norske mesterskap	80 000	135 408,66	168 714,00	120 000
50020	EM u 17år og EM 15	38 000	75 989,59		30 000
		<b>725 000</b>	<b>14 368,07</b>	<b>646 111,94</b>	<b>731 000</b>
	<b>Trening</b>				
50012	Toppidr.senter	80000	80 000,00	80 000,00	80 000
50014	Toppidrettsatsning	800000	656 083,03	520 581,91	520 000
	Lønn sportssjef		238 000,00	286 587,00	280 000
50015	Aktivitetts og driftstilskudd	125000		125 000,00	125 000
	Klubbesøk	0	12 000,00		
	Løfterskoler (se 73040)				50 000
				<b>1 012 168,91</b>	<b>1 055 000</b>
	<b>Post 3</b>				
73000	Trenerkurs	250000	281 167,50	350 075,00	307 000
73001	Dommerkurs	200000	128 580,00	54 712,25	103 000
73030	Klubb/lederutv.	350000	465 639,27	254 819,05	227 000
	Lønn Utdanningskonsulent			286 592,00	280 000
73040	Instruktørutviklingskurs	200000	75 815,00	151 000,00	153 000
		<b>2 005 000</b>	<b>1 937 284,80</b>	<b>1 097 198,30</b>	<b>1 070 000</b>
	<b>Gaver/Utmerkelser</b>				
7420	Gaver/Utm.	20 000	26733,5	26 564,00	10 000
32010	Årets klubb / NC	55 000	55000		0
		<b>75 000</b>	<b>81733,5</b>	<b>26 564,00</b>	<b>10 000</b>
	<b>Lønn</b>				
95000	Lønn ansatte	<b>345000</b>	<b>360000</b>	<b>350 352,00</b>	<b>360 000</b>
	<b>Adm. utgifter</b>				
6700	Revisjon/NIF	55000	46 858	56 660,00	55 000
		<b>55000</b>	<b>46 858</b>	<b>56 660,00</b>	<b>55 000</b>
	<b>Møter og adm. kurs</b>				
90000	Styrets møteutgifter	90000	65 089,63	82 479,00	60 000
90010	NVF's Ting	25000	24 132,00	26 014,00	30 000
17000	EFW Representasjon	35000	26 373,47	10 362,78	25 000

73025	Diverse møter	45000	16 985,00	55 547,17	20 000
		<b>195000</b>	<b>132 580,10</b>	<b>174 402,95</b>	<b>135 000</b>
	<b>Driftsutgifter</b>				
	Driftsutgifter			162 273,00	
6900/ 6920	Telefon/Internett	50000	38 132,00		30 000
6930	Oppgradering av hjemmeside	25000	18 564,34		5 000
6940	Porto	10000	3 617,00		1 000
7770	Bankgebyr		-		
6510	Streamingutstyr		21 820,00	70 406,00	40 000
6541/ 6451	Kontorutstyr	43000	46 190,57		40 000
7530	Forsikringer	20000	21 291,00		25 000
6800/6390	Rekvisita/andre kostn	10000	12 487,70		13 000
	Diverse kostnader	5000	16 649,21		20 000
		<b>163000</b>	<b>178 752</b>	<b>232 679,00</b>	<b>174 000</b>
	<b>Trykksaker</b>				
6821	Årsberetning	30000	5000		
		<b>30000</b>	<b>5000</b>		<b>10 000</b>
	<b>Kontingenter</b>				
17010	Int.forbund	15000	13452,46	13 620,00	
		<b>15000</b>	<b>13452,46</b>	<b>13 620,00</b>	<b>15 000</b>
	<b>Profilering</b>				
80000	Profilering	0	708	-	
		<b>0</b>			
7830	Tap på fordringer				
8140	Bankkostnader			131	
	<b>Totale utgifter</b>	<b>3 608 000</b>	<b>3 470 028</b>	<b>3 609 888,10</b>	<b>3 615 000</b>
	<b>INNTEKTER</b>				
	<b>Tilskudd</b>				
3440	Post 2 Grunntilskudd særforbund	1800000	1842246	1 880 168,00	1 900 000
3441	Spillemidler til utstyr		78 437,00		
3450	VO midler	60000	57 640,00	54 576,00	60 000
3442	<b>POST 3</b>	1100000	928 792,00	992 747,00	1 050 000
	Tilskudd IWF/EWF	30000	62 693,00	66 777,00	50 000
		<b>2990000</b>	<b>2 969 808,00</b>	<b>2 994 268,00</b>	<b>3 060 000</b>
	<b>Kontingenter</b>				
3931	Lagserien	22000	21 100,00	20 850,00	24 000
3932	5-kampserien	5000	1 750,00	5 000,00	5 000
3930	Lisenser	76000	77 150,00	74 700,00	130 000
		<b>103000</b>	<b>100 000,00</b>	<b>100 550,00</b>	<b>159 000</b>
	<b>Salgsinntekter</b>				
3110	Varesalg				
3112/ 3113	Salg merker/statuetter	10000	3 625,00		2 000

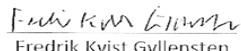
		<b>10000</b>	<b>3 625,00</b>		<b>2 000</b>
	<b>Samarbeidsavtaler/ annonser</b>				
3121	Sponsor	50000	-		24 000
3970	Egenandeler	130000	57 200,00	98 112,00	85 000
3460	Toppidrettssenter	80000	80 000,00	80 000,00	80 000
		<b>260000</b>	<b>137 200,00</b>	<b>178 112,00</b>	<b>189 000</b>
	<b>Div. adm. inntekter</b>				
3990	Diverse inntekter	50000	98 656,64	50 568,00	5 000
3445	Momskompensasjon	190000	164 454,00	175 408,00	170 000
		<b>240000</b>	<b>263 110,64</b>	<b>225 976,00</b>	<b>175 000</b>
	<b>Finansinntekter</b>				
8040	Renteinntekter		1218	1116	
		<b>5000</b>	<b>1218</b>	<b>1116</b>	<b>10 000</b>
	<b>Totale inntekter</b>	<b>3608000</b>	<b>3 474 961,64</b>	<b>3 500 022,00</b>	<b>3 595 000</b>
<b>Årsoverskudd / Underskudd-</b>			<b>4 933</b>	<b>-109 866</b>	<b>-20 000</b>

Trondheim 6 mars 2019

  
Hilde Næss  
President

  
Børge Aadland  
Styremedlem

  
Trine Rønning  
Visepresident

  
Fredrik Kvist Gyllensten  
Styremedlem

  
Katarina S. Hoff  
Styremedlem

  
Arne Grostad  
Generalsekretær