



ÅRSBERETNING 2019



NORGES VEKTLØFTERFORBUNDS DIGITALT TING 6 JUNI 2020

Innholdsfortegnelse

1.	INNLEDNING	6
2.	FORBUNDSTINGET 2019.....	7
2.1	Delegater:.....	7
2.2	Valgt protokollfører.....	7
2.3	Valgt til å underskrive protokollen	7
2.4	Regnskap 2019	7
2.5	Budsjett 2020	7
2.6	NVFs ADMINISTRASJON.	7
2.6.1	Forbundsstyret.....	7
2.6.2	Arbeidsutvalg (AU)	7
2.6.3	Sportsutvalg (SU).....	7
2.6.4	Antidopingutvalg (ADU)	7
2.6.5	Tekniskutvalg (TU) inkl. hedersmerkeansvar	7
2.6.6	Økonomiutvalget (ØU)	8
2.6.7	Anleggsutvalg (ANU)	8
2.6.8	Utdanningsutvalg (UU).....	8
2.6.9	Styrets representant ift Olympiatoppen	8
2.6.10	Kontaktperson i styret funksjonshemming	8
2.6.11	Ombudsperson.....	8
2.7	Ansatte	8
2.8	Kontrollkomite	8
2.9	Valgkomite.	8
2.10	Revisor.....	8
3.	IDRETTSREGISTRERINGEN 2018.....	9
4.	REGIONER OG MEDLEMSKLUBBER	9
4.1	Nordenfjeldske vektløfterregion	9
4.2	Sør-Vestlandet Vektløfterregion	9
4.3	Nord-Vestlandet Vektløfterregion	9
4.4	Telemark, Vestfold og Buskerud Vektløfterregion	10
4.5	Østlandet Vektløfterregion	10
4.6	Ledelse i regioner	10
4.7	Regiontrenere	10
5.	REPRESENTASJON	11
5.1	NIFs Idrettsting, Lillehammer 24-26 mai 2019	11
5.2	NIF kontrollkomitee.	11
5.3	Europeiske Vektløfterforbundet (EWF).....	11
5.4	Det Nordiska Tyngdlyftningsforbundet (NTF)	11
6.	UTMERKELSER.....	11
7.	KONGRESSER VED INTERNASJONALE MESTERSKAP	11
7.1	Europamesterskapet senior 5 april 13 april 2019, Batumi, Georgia.	11
7.2	15th International Women Weightlifting Grand Prix 08-10 Mars 2019, Lubljana, Slovenia	11
7.3	British Open i Coventry 6-10. juni 2019	11
7.4	EM Master Rovaniemi, Finland 12 juni – 19 juni, 2019.....	11
7.5	VM Master Montreal, Canada 15-21 august, Johan Thonerud	11
7.6	Nordisk mesterskap senior 12-13 Oktober, Vigrestad	11
7.7	Nordisk mesterskap ungdom og junior 09 – 10 november, Sundsvall, Sverige	11
7.8	EWF junior & u23 weightlifting championships 19-27 oktober 2019, Bucharesti, Romania	12
7.9	VM Pattaya, Thailand 17 – 28 september 2019	12
7.10	Europamesterskapet U 15 & ungdom 06 – 14 desember 2019, Eilat, Israel.....	12

8.	INTERNASJONAL TO OPPGAVER.....	12
8.1	Europamesterskapet senior 23 mars-13 april 2019, Butami, Georgia	12
8.2	VM Pattaya, Thailand 17 – 28 september 2019	12
8.3	EM Master Rovaniemi, Finland 12 juni – 19 juni.....	12
8.4	Nordisk Mesterskap for seniorer i Vigrestad IK 11 - 13. Oktober 2019	12
8.5	VM Master Montreal, Canada 16-24 august.....	12
8.6	Nordisk mesterskap ungdom og junior, Sundsvall 15 – 17 oktober 2019.....	12
8.7	Europamesterskapet junior & u23 19-27 oktober 2018, Bucharest, Romania	12
8.8	Europamesterskapet U 15 & ungdom 06 – 14 desember 2019, Eilat, Israel.....	12
9.	MØTER.....	13
9.1	EWf Technical Officials' Seminar & Workshop in Slagelse, Denmark 8-10 mars	13
9.2	Dialogmøte med Olympiatoppen 23 mai	13
9.3	Idrettstinget NIF Lillehammer 24 – 26 mai.....	13
9.4	Dialog møte med Gode idrettsanlegg (GIA) ved NTNU 2 april	13
9.5	Evalueringsmøte vedr post 2 og post 3 midlene. 29 mars Ullevål stadion	13
9.6	NIF 5 Juni fagforum Ullevål.	13
9.7	Evalueringsmøte vedr post 3 midlene. 9 juli 2019 Ullevål stadion	13
9.8	KUD/NIF infomøte vedrørende innspill spillemidler 2020. 4 september, Ullevål	13
9.9	Nordic International Leadership Education» (NILE) i 2019-2020. 5 – 8 september, Ullevål	13
9.10	NIF nettverkssamling generalsekretærer i SF,16 - 17 september, Scandic Asker	13
9.11	Dialogmøte ADNO Ullevål 26 september.	13
9.12	Barne- og ungdomstrenerkonferansen 2019 i Oslo arrangert 20. - 21. september.....	13
9.13	Nasjonal inkluderingskonferanse Ullevål S 17 oktober 2019	13
9.14	NIF økonomi dag Ullevål S 12 november 2019	13
9.15	Særforbundenes Fellesorganisasjon (SFF)28 november Ullevål	14
9.16	NIF ledersamling 29 – 30 november Scandic Airport, Gardermoen	14
10.	DELTAKELSE I KURS – UTDANNING.....	14
10.1	Nordic International Leadership Education (NILE)	14
10.2	IWF Coach Education Level I, 10-11 aug 2019 Upplands Väsby, Sweden	14
10.3	Klubbveilederutdanning NIF 2019/2020.	14
10.4	IWF Coach Education Level II, 09 - 10-nov 2019 Upplands Väsby, Sweden	14
11.	NORSKE MESTERSKAP 2019 Komplette resultater www.vektlofting.no	15
11.1	Norgesmesterskapet for senior 02-03 mars, Stavern, Larvik AK.....	15
11.1.1	10 på topp ranking kvinner Kongepokal.....	15
11.1.2	10 på topp ranking menn Kongepokal.....	15
11.1.3	Medaljevinnere kvinner.....	15
11.1.4	Medaljevinnere menn.....	16
11.2	Norgesmesterskapet for veteran 04 mai, Vigrestad, Vigrestad IK	17
11.2.1	Kvinner.....	17
11.2.2	Menn	17
11.3	Norgesmesterskapet for junior 27 april i Bergen, AK Bjørgvin.....	18
11.3.1	Medaljevinnere jenter	18
11.3.2	Medaljevinnere gutter	18
11.4	Norgesmesterskapet i 5 kamp 15 september i Gloppen, Breimsbygda IL	19
11.4.1	Medaljevinnere jenter	19
11.4.2	Medaljevinnere gutter	20
11.5	Norgesmesterskapet for ungdom 2 november Tambarskjelvar IL, Naustdal.....	21
11.5.1	Medaljevinnere jenter	21
11.5.2	Medaljevinnere gutter	22
11.6	Norgesmesterskapet for lag 23–24 november, Spydeberg Atletene	23
11.6.1	Junior kvinner	23
11.6.2	Junior menn	23
11.6.3	Veteraner kvinner	24

11.6.4	Veteraner menn	24
11.6.5	<i>Ungdom jenter</i>	24
11.6.6	<i>Senior kvinner elite</i>	25
11.6.7	<i>Senior menn elite</i>	26
12.	INTERNASJONALE KONKURRANSER	27
12.1	Europamesterskapet for senior 05 - 13 april Batumi, Georgia.....	27
12.2	Ramadadan WCH 2019 16.05.2019 Desert Barbell.....	27
12.3	Birds Eye British Weightlifting Championships 7 – 8 juni 2019, Coventry	27
12.4	Europamesterskapet for Master, 12 – 19 juni, Rovaniemi, Finland 73 71,47 M9 Kåre Sagmyr, Nidelv IL 45 60 105 136,67 289,32 Nr 4	27
12.5	Eleiko Grand Prix, 09.03.2020, Slovenia (klubbrepresentasjon)	27
12.6	German W.Open 27.07.2019 Braunschweig	27
12.7	Verdensmesterskapet for veteraner, 16 -24 august i Monteral, Canada.....	27
12.8	Aalborg Cup 31 august 2019 (klubbrepresentasjon).....	28
12.9	Cup Blue Sword 2019 29 – 31 august, Meissen	28
12.10	Nordisk mesterskap for senior 11 – 13 oktober, 2019, Vigrestad IK	28
12.11	Nordisk for ungdom 16-17 November 2019, Sundsvall, Sverige	29
12.12	Nordisk for junior 16-17 November 2019, Sundsvall, Sverige	30
12.13	Europamesterskapet for U23 år17-25 oktober 2019, Bucharesti, Romania.....	30
12.14	Championnat de France des Clubs (klubbrepresentasjon)	30
12.15	VM 2019 Pattaya, Thailand	30
12.16	Bundesliga 2019-2020.....	31
12.17	AK Gothas jubileums cup 14 desember 2019 Danmark.....	31
12.18	6th Qatar International Cup 2019 20-24 desember 2019	31
12.19	EM U15 - U17 Eilat, Israel	31
13.	Norges Cup 2019	31
14.	Statistikk 2019	32
14.1	Senior menn	32
14.2	Senior kvinner	32
14.3	Junior menn.....	32
14.4	Junior kvinner.....	32
14.5	Ungdom gutter	32
14.6	Ungdom jenter	33
14.7	Veteran menn	33
14.8	Veteran kvinner	33
15.	RAPPORT FRA SPORTSUTVALGET ÅRET 2019	34
16.	Årsrapport fra anleggsutvalget:	39
17.	RAPPORT FRA VETERAN AKTIVITETEN 2019.	39
18.	RAPPORT FRA REGIONENES AKTIVITET 2019	40
18.1	Aktivitetsrapport 2019 – Nordenfjelsk Vektløfterregion	40
18.2	Nord-Vestlandet vektløfterregion.....	41
18.3	Sør-Vestlandet vektløfterregion.....	41
18.4	Telemark, Buskerud, Vestfold vektløfterregion	41
18.5	Østlandet vektløfterregion	41
19.	UTDANNING 2019	41
19.1	Dommerkurs:	41
19.1.1	<i>Dommerkurs kurs 1, 12-13-januar, Gjøvik, Østlandet vektløfterregion</i>	41
19.1.2	<i>Dommerkurs kurs 2, 09–10 februar Elverum, Østlandet Vektløfterregion</i>	42
19.1.3	<i>Dommerkurs kurs 3, 11-13 januar, Alta, Nordenfjeldske vektløfterregion</i>	42
19.1.4	<i>Dommerkurs kurs 4, 2–3 februar, Bodø, Nordenfjeldske vektløfterregion</i>	42
19.1.5	<i>Dommerkurs kurs 5, 16–17 februar, Vigrestad, Sør-Vestlandet vektløfterregion</i>	42
19.1.6	<i>Dommerkurs kurs 6, 15–16 mars, Vigrestad, Sør-Vestlandet vektløfterregion</i>	42

19.1.7	Dommerkurs kurs 7, 6–7 september, Bergen, Sør-Vestlandet vektløfterregion	43
19.1.8	Dommerkurs kurs 8, 8–10 november, Gjøvik, Østlandet vektløfterregion	43
19.1.9	Dommerkurs kurs 9, 15–17 november, Namsos, Nordenfjeldske vektløfterregion	43
19.1.10	Dommerkurs kurs 10, 10–16 desember, Trondheim, Nordenfjeldske vektløfterregion	43
19.2	Trener I:	43
19.3	Instruktørutviklingskurs	43
19.4	Trener II:	43
19.5	NIF Veilederutdanning 2019-2020	44
20.	ÅRSRAPPORT FRA TEKNISK UTVALG 2019	44
20.1	Internasjonale dommere, Technical Official (TO).	44
20.2	Internasjonale dommere	45
20.2.1	Med lisens:	45
20.2.2	Uten lisens:	45
20.3	Dommerinstruktører	45
20.4	Mistet dommerkortet i 2019:	45
20.5	Et utvalg av de som dømte flest stevner i 2019.	46
21.	STYRETS BERETNING 2019	47
21.1	Styremøter 2019:	47
21.2	NORGES VEKTLØFTERFORBUND KONTORET OG DAGLIGE DRIFT	48
21.2.1	KONTOR:	48
21.3	Regnskapet	49
21.3.1	Regnskapsfører i 2019	49
21.3.2	Revisor	49
21.3.3	Resultat 2019	49
21.4	Internett	49
21.5	«Live streaming»	49
21.6	Sosiale medier	49
21.7	Gjennomføring av større mesterskap.	49

1. INNLEDNING

Gode vektløftarnorge.

I forordet til norges vektløftarforbund si årsberetning kan eg ikkje gå utanom 2020 og Korona pandemien som har herja og framleis råkar landet vårt og ikkje minst resten av verda. Eg vil takke dykk alle for den at dokke har følgd NVF sine retningslinjer for mjuk oppstart av idretten vår basert på retningslinjene frå Folkehelseinstituttet og NIF. Vidare vil eg gje ein applaus for alle våre utøvarar, trenarar og leiarar rundt om i landets klubbar og regionar som har vert kreative i perioden med stengde lokale gjennom å drive ulike former for eigentrening og ta i bruk både garasjar, låvar og kjellarar for å drive vår kjære idrett.

I år vert forbundstinget vårt gjennomført digitalt for fyrste gong i historia, eg er glad for at so mange av landets klubbar og regionar deltar sjølv om vi ikkje kan samlast fysisk i år.

2019 vart eit godt år for norsk vektløfting, og med mange besøkte stemne og samlingar gjennom året kan eg melde om at eg er optimist med tanke på framtida for norsk vektløfting. Vi har mange flotte utøvarar å jobbe med i åra framover, so må vi samstundes erkjenne at vi har eit gap å fylle mellom snittalderen på vårt senior landslag og juniorane og ungdommane som kjem bak. Det vert viktig at vi i åra framover klarar å stimulere og utvikle dei yngre generasjonar slik at vi på sikt får eit breiare mannskap å jobbe med på junior nivå og deretter inn i senior alderen. Dette er eit kontinuerleg arbeid som vi berre kan klare med eit godt samarbeide og opplegg på tvers av forbund, regionar og klubbar – og vi må alltid hugse at vi skal ha utøvaren i sentrum for vårt arbeide.

Mi fyrste utanlandsreise etter Forbundstinget 2019 gjekk til Georgia og Senior EM, og deretter vart det reiser til VM i Thailand, EM U23/J i Romania og EM U17/U15 i Israel. Vidare har vi hatt mange flott gjennomførte Norske meisterskap og ikkje minst eit strålende gjennomført Nordisk Senior meisterskap på Vigrestad. Eg skal ikkje dra fram alle resultata frå desse meisterskapa, men eg må få dra fram Rebekka Tao Jacobsen sine to flotte bronse medaljar under EM-U23, no er det senior medaljane som mangla 😊 Vidare kan vi vel slå oss litt på brystet over kven som vart beste nasjon under nordisk senior på heimebane – for begge kjønn...

I oktober fekk vi Zygmunt Smalcerz frå Polen til Norge, og han brukte dei siste månadane av året til å reise rundt om i landet for å presentere seg sjølv og bli kjent med vektløftarnorge. Zygmunt var olympisk meister i 1972 - same året som vår eigen Leif Jensen. Han kjem frå den Polske vektløftar skulen, og har eit etter mitt syn svært godt innlæringsmetodikk i våre teknisk krevjande øvingar. Vidare er han sær sars god på basistrening som heng godt saman med idretten vår, og han har ei energisk og god tilnærming som eg ser verke spesielt godt inn mot våre yngre utøvarar. Eg håpar og trur at Zygmunt sin kunnskap kan ver eit verktøy for Norsk vektløfting både inn mot utvikling av våre utøvarar men også gje eit løft på vår trenarutdanning og våre trenarar. Vi har mange dyktige personar i vektløftarnorge, eg ønskjer at vi kan få jobba med å samla kunnskapen og stake ein tydeleg kurs vidare i høve trenings og teknikklære.

Eg vil audmjukt takke for tilliten eg fekk ved valet under Forbundstinget 2018, og ikkje minst for det gode samarbeidet eg har opplevd rundt om i landet. Ser fram til vegen vidare...

Stian Grimseth
President

2. FORBUNDSTINGET 2019

Tinget ble avholdt ved Scandic Hell 24 mars.

2.1 Delegater:

Det møtte totalt 57 deltakere inklusive styret, ansatte, observatører og gjester – herav 36 stemmeberettigete.

2.2 Valgt protokollfører

Tiril Tøien

2.3 Valgt til å underskrive protokollen

Ola Bergheim, Breimsbygda IL og Magnus Mikalsen, Trondheim AK

2.4 Regnskap 2019

Regnskapet enstemmig vedtatt

2.5 Budsjett 2020

Budsjettet ble enstemmig vedtatt

2.6 NVFs ADMINISTRASJON.

2.6.1 Forbundsstyret.

President Stian Grimseth, Tambarskjelvar IL

Visepresident Børge Aadland, AK Bjørgvin

Styremedlem Asta Rønning Fjærli, Oslo AK

Styremedlem Randi Schei, Hitra VK

Styremedlem Tryggve Duun, Trondheim AK

Varamedlem Kristin Solbakken, Nidelv IL

Varamedlem Kjell Olav Lundberg, Spydeberg Atletene

2.6.2 Arbeidsutvalg (AU)

Leder president Stian Grimseth, Tambarskjelvar IL

Medlem visepresident Børge Aadland, AK Bjørgvin

Medlem styremedlem Asta Rønning Fjærli, Oslo AK

2.6.3 Sportsutvalg (SU)

Leder visepresident Børge Aadland, Styrets representant

Medlem Beate Amdahl Skorpen

Medlem Jan Egil Trøan, Trondheim AK

2.6.4 Antidopingutvalg (ADU)

Leder varastyremedlem Kristin Solbakken, Nidelv IL

Medlem Phillip Houghton, AK Bjørgvin

2.6.5 Tekniskutvalg (TU) inkl. hedersmerkeansvar

Leder styremedlem Tryggve Duun, Trondheim AK

Medlem Hilde Næss, Lørenskog AK

Medlem Johan Thonerud, Spydeberg Atletene

Medlem Tor Steinar Herikstad, Vigrestad IK

- 2.6.6 Økonomiutvalget (ØU)
 Leder varastyremedlem Kristin Solbakken, Nidelv IL
 Medlem regnskapsfører Katarina Hoff, Stjørdal AK
 Medlem generalsekretær Arne Grostad, NVF
- 2.6.7 Anleggsutvalg (ANU)
 Leder varastyremedlem Kjell Olav Lundberg, Spydeberg Atletene
 Medlem Katarina S. Hoff, Stjørdal AK
 Medlem Dag Rønnevik, Tysvær VK
- 2.6.8 Utdanningsutvalg (UU)
 Leder styremedlem Asta Rønning Fjærli, Oslo AK
 Medlem Eirik Mølmshaug, Lørenskog AK
 Medlem Lars Espedal, AK Bjørvin
 Medlem- sekretær utdanningskonsulent Tiril Tøien sluttet 31 juli
 Fra 1 august Arne Grostad
- 2.6.9 Styrets representant ift Olympiatoppen
 President Stian Grimseth Tambarskjelvar IL
- 2.6.10 Kontaktperson i styret funksjonshemming
 Asta Fjærli Rønning
- 2.6.11 Ombudsperson
 Hilde Næss, Lørenskog AK – Børge Aadland, AK Bjørgvin
- 2.7 Ansatte
 Generalsekretær
 Arne Grostad ansatt i 50 % stilling
 I 80% stilling fra 1 august med tilleggsansvar utdanning
 Sportsjef/trener
 Jarleif Amdal ansatt i 40% stilling, avsluttet 30 september 2019.
- Utdanningskonsulent
 Tiril Tøien ansatt i 40% stilling, avsluttet 31 juli 2019
- 2.8 Kontrollkomite
 Leder Johnny Sandvik, AK Bjørgvin
 Medlem Malin Forberg, AK Bjørgvin
 Medlem Steinar Kvame, Tambarskjelvar I.L.
 Varamedlem Ruth Kasirye, I.F Tønsberg-kameratene
 Varamedlem Trond Kvilhaug, Nidelv I.L
- 2.9 Valgkomite.
 Leder Johan Thonerud, Spydeberg Atletene
 Medlem Elisabeth Settem, Tambarskjelvar AK
 Medlem Vebjørn Varlid, Tambarskjelvar IL
 Varamedlem Tor Steinar Herikstad, Vigrestad IK
- 2.10 Revisor.
 Revisorfirma Bjørn Gundersen AS

3. IDRETTSREGISTRERINGEN 2018

Aktivitets tall pr gren	Ant grp	Kvinner						Menn						Sum
		0-5	6-12	13-19	20-25	26-	Sum	0-5	6-12	13-19	20-25	26 -	Sum	
Vektløfting		4	31	334	382	828	1579	5	133	549	416	1430	2533	4112
5-kamp	26	2	5	65	102	130	304	2	30	135	89	249	505	809
Vektløfting	43	2	26	269	280	698	1275	3	103	414	327	1181	2028	3303
NVF		4	31	334	382	828	1579	5	133	549	416	1430	2533	4112

I 2018 var registrert aktive medlemmer, inkl 5 kamp 3651 stk.

4. REGIONER OG MEDLEMSKLUBBER

4.1 Nordenfjeldske vektløfterregion

Alta Atletklubb (AAK)	GR20120002470	Dennis Sivertsen	atletklubbenalta@gmail.com
Bodø Atletklubb (BAK)	GR18040134470	Anders Grønmo	bodo.atletklubb@gmail.com
Hundholmen AK	GR18040158471	hundholmenatletklubb2018@gmail.com	
Hitra Vektløfterklubb (HVK)	GR16170004470	John Birger Brevik	john@hitraturistservice.no
Ilar, IL (IIL)	GR20270003470	Charles Petterson	john@hitraturistservice.no
Kirkenes AK (KIA)	GR20300006470	Hallbjørg Wartainen	postmaster@kirkenes-ak.no
Løken IL (LIK)	GR18480003470	Håvard Olsen	haol@nlsh.no
Namsos Vektløfterklubb (NVK)	GR17030022470	Leif Hepsø	leif.hepsø@ntebb.no
Nidelv IL (NIL)	GR16010047470	Bjørn Brun	beigemeister@gmail.com
Orkanger IF (OIF)	GR16380005470	John Ivar Evjen	john_ivarevjen@hotmail.com
Stjørdal Atletklubb (SAK)	GR17140072470	Katarina S. Hoff	katarina.hoff@ntebb.no
Tromsø Atletklubb (TRA)	GR19020249470	Michael Dalan	tromso.atletklubb@gmail.com
Trondheim Atletklubb (TAK)	GR16010080470	Tryggve Duun	tduun@me.com

4.2 Sør-Vestlandet Vektløfterregion

AK Bjørgvin (AKB)	GR12010059470	Arne H. Pedersen	arnehaap@gmail.com
Arendal Styrke og VK (ASV)	GR09060155470	Birgitte Austefjord	birgitteastefjord@gmail.com
Flaktveit Idrettsklubb (FIK)	GR12010391470	Oddgeir Larsen	odla@flaktveit.no
Hannevikas IL (HAN)	GR10010016470	Eva.W.Edvardsen	eva.w.e56@gmail.no
Haugesund VK (HAU)	GR11060036470	Jarle Hammersvik	haugesund.vektlofter.klubb@gmail.com
Hafresfjord vektløfterklubb	GR 11030311470	Dag A. Klinkenberg	hafresfjordvk@gmail.com
Kristiansand AK (KAK)	GR10010034470	Gjermund Haslerud	gjermund.haslerud@uia.no
Milo IL (ILM)	GR12010141470	Paul Marhaug	paul@marhaug.com
Stavanger VK (SVG)	GR11030055470	Bernt Petter Andersen	bpa@lyse.net
Tysvær VK (TVK)	GR11460023470	Dag Rønnevik	tvk@tysvervk.net
Vigrestad IK (VIK)	GR11190017470	Hans Hagenes	hans.hagenes@gagdata.no
Voll IL (VIL)	GR11200004470	Nina Andreassen Bjørkelund	post@vollil.no
Åsane VK (AVK)	GR12010218470	Jørund Sundal	post@aavk.no
Sotra Kraftsportklubb (SKK)	GR12460069470	Isabel Carina Cloin	isabel@crossfitkystby.no
Kvadraturen VK (KVK)	GR10010241470	Frank Fredriksen	frank_fredriksen@hotmail.com

4.3 Nord-Vestlandet Vektløfterregion

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

4.4 Telemark, Vestfold og Buskerud Vektløfterregion

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

4.5 Østlandet Vektløfterregion

Christiania Atletklubb (CAK)	GR03011582470	Gerrit Judith	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 Buberger	anca@privatmegleren.no
Lenja Atletklubb (LEK)	GR01060099470	Oliver Buvarp Pettersen	oliverbp1999@icloud.com
Lørenskog Atletklubb (LOK)	GR02300011470	Eirik Mølmschaug	eirikmolmschaug@gmail.com
Moss Styrkeidrettsklubb	GR01040024470	Edgar Kristiansen	borgealslie@hotmail.com
National, Turn og IL (NAT)	GR01050006470	Lars Joachim Nilsen	larsjonilsen@gmail.com
Oslo AK (OAK)	GR03011024470	Trygve Stenrud Nilsen	trygve.stenrud.nilsen@gmail.com
Spydeberg Atletene (SPA)	GR01230011470	Johan Thonerud	johan@gymthonerud.no
Elverum AK (EAK)	GR04270064470	Robert Grønland	robertgronland@gmail.com

4.6 Ledelse i regioner

Østlandet Vektløfterregion

Nicolai Roness, Hans Mustads gate 21B
2821 Gjøvik

Nord–Vestlandet Vektløfterregion

Ola Bergheim, 6826 Byrkjelo

Sør–Vestlandet Vektløfterregion

Hans Bjørnar Hagenes, Falkvegen 13, 4347 Lye

Telemark, Vestfold og Buskerud VR

Jostein Frøyd, Minnehallv.20A, 3290
Stavern

Nordenfjeldsk Vektløfterregion

Mia Tiller Mjøs, Samfundsveien 8, 1433 Ås

4.7 Regiontrenere

Østlandet Vektløfterregion

Egon Vee Haugen - Fredrik Gyllensten

Nord–Vestlandet Vektløfterregion

Yngve Apneseth

Sør–Vestlandet Vektløfterregion

Larisa Imundruova

Telemark, Vestfold og Buskerud VR

Jostein Frøyd

Nordenfjeldsk Vektløfterregion

Ronny Fevåg

5. REPRESENTASJON

5.1 NIFs Idrettsting, Lillehammer 24-26 mai 2019

President Stian Grimseth
Generalsekretær Arne Grostad
Varastyremedlem Kjell Olav Lundberg

5.2 NIF kontrollkomitee.

Medlem Tryggve Duun. (til 26 mai 2019)

5.3 Europeiske Vektløfterforbundet (EWF).

Tryggve Duun er visepresident.
Tryggve Duun er leder av EWFs medisinske komite.

5.4 Det Nordiska Tyngdlyftningsforbundet (NTF)

Tryggve Duun president til 11 oktober 2019
Trond Kvilhaug er generalsekretær.

6. UTMERKELSER.

Æresmedlemskap i Norges vektløfterforbund.

Per Mattingsdal ble tildelt NVFs Æresmedlemskap post mortem 2019. Dette er æresmedlemskap nr 2 i NVF. Per Marstad, IF Tønsberg Kameratene ble det første æresmedlemmet i 2018.

Innsatspremien i Norges vektløfterforbund.

Sol Anette Waaler, Trondheim AK ble tildelt NVFs innsatspremie også omtalt som «gullklokka». Hun oppnådde kravet i 2018.

7. KONGRESSER VED INTERNASJONALE MESTERSKAP

7.1 Europamesterskapet senior 5 april 13 april 2019, Batumi, Georgia.

Tor Steinar Herikstad, Tryggve Duun

7.2 15th International Women Weightlifting Grand Prix 08-10 Mars 2019, Lubljana, Slovenia

Håvar Røyseth, Jostein Frøyd,

7.3 British Open i Coventry 6-10. juni 2019

Jarleif Amdal, NVF

7.4 EM Master Rovaniemi, Finland 12 juni – 19 juni, 2019

Jan Nystrøm

7.5 VM Master Montreal, Canada 15-21 august,

Johan Thonerud

7.6 Nordisk mesterskap senior 12-13 Oktober, Vigrestad

President Stian Grimseth

TO: Arne Grostad, Hilde Næss, Tor Steinar Herikstad, Larisa Izumundova

Stevnesekretær Arne Haavald Pedersen. Leder mesterskapsorganisasjon Hans Bjørnar Hagenes

7.7 Nordisk mesterskap ungdom og junior 09 – 10 november, Sundsvall, Sverige

Geir Amund Svan Hasle, Malin Alise Forberg

- 7.8 EWF junior & u23 weightlifting championships 19-27 oktober 2019, Bucharesti, Romania
President Stian Grimseth
- 7.9 VM Pattaya, Thailand 17 – 28 september 2019
Stian Grimseth
Johnny Sandvik
- 7.10 Europamesterskapet U 15 & ungdom 06 – 14 desember 2019, Eilat, Israel
Stian Grimseth

8. INTERNASJONAL TO OPPGAVER

- 8.1 Europamesterskapet senior 23 mars-13 april 2019, Butami, Georgia
Tryggve Duun, Trondheim AK
Tor Steinar Herikstad, Vigrestad IK
- 8.2 VM Pattaya, Thailand 17 – 28 september 2019
Tryggve Duun, Trondheim AK
- 8.3 EM Master Rovaniemi, Finland 12 juni – 19 juni
Jan Nystrøm, Trondheim AK
Johan Thonerud
Hans Hagenes
- 8.4 Nordisk Mesterskap for seniorer i Vigrestad IK 11 - 13. Oktober 2019
Tryggve Duun, Trondheim AK
Arne Grostad, Nidelv IL
Tor Steinar Herikstad, Vigrestad IK
Hilde Næss, Lørenskog AK,
Larisa Izumundova, Vigrestad IK
- 8.5 VM Master Montreal, Canada 16-24 august
Johan Thonerud
Hans Hagenes
- 8.6 Nordisk mesterskap ungdom og junior, Sundsvall 15 – 17 oktober 2019
Larisa Izumundova, Vigrestad IK
- 8.7 Europamesterskapet junior & u23 19-27 oktober 2018, Bucharest, Romania
Tor Steinar Herikstad, Vigrestad IK
- 8.8 Europamesterskapet U 15 & ungdom 06 – 14 desember 2019, Eilat, Israel
Trond Kvilhaug, Nidelv IL

9. MØTER

- 9.1 EWF Technical Officials' Seminar & Workshop in Slagelse, Denmark 8-10 mars
NVF deltaker: Tor Steinar Herikstad.
- 9.2 Dialogmøte med Olympiatoppen 23 mai
Børge Aadland, Jarleif Amdal
- 9.3 Idrettstinget NIF Lillehammer 24 – 26 mai
President Stian Grimseth,
Generalsekretær Arne Grostad
Styrevarmedlem Kjell Olav Lundberg
- 9.4 Dialog møte med Gode idrettsanlegg (GIA) ved NTNU 2 april
Møtt: Camilla E. Ohman, GIA, Utdanningskonsulent Tiril Tøien og Generalsekretær Arne Grostad
- 9.5 Evalueringsmøte vedr post 2 og post 3 midlene. 29 mars Ullevål stadion
Regi Oslo economics og prof Dag Vidar Hamstad ved NIH på oppdrag fra KUD
Møtt: Utdanningskonsulent Tiril Tøien
- 9.6 NIF 5 Juni fagforum Ullevål.
Omhandlet: Bolk 1: Barneidrett. Bolk 2: seksuell trakassering og overgrep. Bolk 3: økonomi (begrensende for deltakelse i idrett). ALLEMED ut i klubb
Møtt: Asta Rønning Fjærli
- 9.7 Evalueringsmøte vedr post 3 midlene. 9 juli 2019 Ullevål stadion
Møtt: fra NIF Elin Horn.
Fra NVF: Utdanningskonsulent Tiril Tøien, generalsekretær Arne Grostad, styremedlem Asta R Fjærli
- 9.8 KUD/NIF infomøte vedrørende innspill spillemidler 2020. 4 september, Ullevål
Møtt: Generalsekretær Arne Grostad
- 9.9 Nordic International Leadership Education» (NILE) i 2019-2020. 5 – 8 september, Ullevål
President Stian Grimseth (del 1 av 5)
- 9.10 NIF nettverkssamling generalsekretærer i SF, 16 - 17 september, Scandic Asker
Møtt: Generalsekretær Arne Grostad
- 9.11 Dialogmøte ADNO Ullevål 26 september.
Møtt: Antidopingutvalgets leder Kristin Solbakken
- 9.12 Barne- og ungdomstrenerkonferansen 2019 i Oslo arrangert 20. - 21. september
Deltakere fra NVF: Randi Schei, Leif Arne Bjerkan, Bjarne Bergheim. Alle medlemmer av Barne og ungdomsutvalget i NVF.
- 9.13 Nasjonal inkluderingskonferanse Ullevål S 17 oktober 2019
Møtt: Generalsekretær Arne Grostad
- 9.14 NIF økonomi dag Ullevål S 12 november 2019
Generalsekretær Arne Grostad

- 9.15 Særforbundenes Fellesorganisasjon (SFF) 28 november Ullevål
President Stian Grimseth og generalsekretær Arne Grostad
- 9.16 NIF ledersamling 29 – 30 november Scandic Airport, Gardermoen
President Stian Grimseth og generalsekretær Arne Grostad

10. DELTAKELSE I KURS – UTDANNING

- 10.1 Nordic International Leadership Education (NILE)
Skoleringsprogrammet «Nordic International Leadership Education» (NILE) 2019 -2020.
Deltaker: President Stian Grimseth
- 10.2 IWF Coach Education Level I, 10-11 aug 2019 Upplands Väsby, Sweden
Deltakere: Elisabeth Settem, Trondheim AK, Bjarne Bergheim, Breimsbygda IL.
- 10.3 Klubbveilederutdanning NIF 2019/2020.
5 september, Ullevål, Fagansvarlige seminar.
NVF fagansvarlig Arne Grostad

20-22 september samling 1 Scandic Lillestrøm NIF 2019/2020
Kandidat Lars Espedal, AK Bjørgvin
- 10.4 IWF Coach Education Level II, 09 - 10-nov 2019 Upplands Väsby, Sweden
Deltakere: Elisabeth Settem, Trondheim AK, Bjarne Bergheim, Breimsbygda IL

11. NORSKE MESTERSKAP 2019

Komplette resultater www.vektlofting.no

11.1 Norgesmesterskapet for senior 02-03 mars, Stavern, Larvik AK

11.1.1 10 på topp ranking kvinner Kongepokal

1	71	66,53	K1	Ruth Kasirye	Tønsberg-Kam.	95	115	210	266,54
2	59	58,94	SK	Sol Anette Waaler	Trondheim AK	86	109	195	266,51
3	55	54,38	SK	Sarah Hovden Øvsthus	AK Bjørgvin	78	100	178	256,96
4	55	54,77	SK	Rebekka Tao Jacobsen	Larvik AK	75	101	176	252,79
5	71	66,55	SK	Marit Årdalsbakke	Tambarskjelvar IL	92	103	195	247,46
6	64	62,03	SK	Frida Ruthemann Nilsen	AK Bjørgvin	78	100	178	235,51
7	64	63,77	K1	Marie Mossige Grythe	Spydeberg Atletene	79	95	174	226,38
8	64	62,15	SK	Lena Richter	Spydeberg Atletene	73	96	169	223,34
9	76	71,33	SK	Melissa Schanche	Spydeberg Atletene	84	98	182	222,38
10	59	58,61	SK	Kamilla Storstein Grønnestad	Tysvær VK	71	91	162	222,22

11.1.2 10 på topp ranking menn Kongepokal

+109	120,30	SM	Kim Eirik Tollefsen	Tønsberg-Kam.	155	200	355	371,93
67	66,50	SM	Daniel Roness	Spydeberg Atletene	119	148	267	363,15
73	72,97	SM	Jantsen Øverås	Tambarskjelvar IL	121	146	267	343,36
89	88,51	SM	Håvard Grostad	Nidelv IL	134	158	292	340,29
89	86,67	SM	Mats Olsen	Tønsberg-Kam.	126	158	284	334,14
81	79,92	SM	Tomas Fjeldberg	Spydeberg Atletene	125	140	265	324,35
+109	119,99	JM	Ragnar Holme	Tambarskjelvar IL	130	170	300	314,51
102	96,65	SM	Phillip Houghton	AK Bjørgvin	117	161	278	312,26
96	89,58	SM	Leik Simon Aas	T & IL National	116	152	268	310,66
89	88,08	SM	Peter Wilke	AK Bjørgvin	122	142	264	308,33

11.1.3 Medaljevinnere kvinner

49 kg

1	49,00	SK	10.05.85	Marie Haakstad	Spydeberg Atletene	54	71	125	194,96
---	-------	----	----------	----------------	--------------------	----	----	-----	--------

55 kg

1	54,38	SK	20.03.94	Sarah Hovden Øvsthus,	AK Bjørgvin	78	100	178	256,96
2	54,77	SK	12.09.96	Rebekka Tao Jacobsen,	Larvik AK	75	101	176	252,79
3	52,23	JK	05.02.00	Tiril Boge,	AK Bjørgvin	65	76	141	209,55

59 kg

1	58,94	SK	14.08.92	Sol Anette Waaler,	Trondheim AK	86	109	195	266,51
2	58,61	SK	16.06.96	Kamilla S. Grønnestad,	Tysvær VK	71	91	162	222,22
3	58,10	UK	28.02.02	Julia Jordanger Loen,	Breimsbygda IL	65	84	149	205,57

64 kg

1	62,03	SK	07.03.95	Frida Ruethemann Nilsen	AK Bjørgvin	78	100	178	235,51
2	63,77	K1	02.02.84	Marie Mossige Grythe,	Spydeberg AT	79	95	174	226,38
3	62,15	SK	06.03.95	Lena Richter,	Spydeberg Atletene	73	96	169	223,34

71kg

1	66,53	K1	10.06.82	Ruth Kasirye, Tønsberg-Kam.	95	115	210	266,54
2	66,55	SK	11.05.92	Marit Årdalsbakke, Tambaraskjelvar IL	92	103	195	247,46
3	69,82	SK	14.06.97	Veslemøy Kollstad, Kvadraturen VK	70	99	169	208,85

76 kg

1	71,33	SK	01.01.89	Melissa Schanche, Spydeberg AT	84	98	182	222,38
2	73,10	JK	13.03.99	Maren Fikse, Gjøvik AK	83	90	173	208,74
3	75,08	SK	21.04.87	Elisabeth Settem, Trondheim AK	74	86	160	190,51

81 kg

1	76,82	SK	14.11.85	Marianne Hasfjord, AK Bjørgvin	72	101	173	203,74
2	79,62	SK	27.11.90	Stine Mari Hasfjord, AK Bjørgvin	72	94	166	192,30

87 kg

1	86,33	SK	10.11.92	Lone Kalland, Tambaraskjelvar IL	84	110	194	217,23
---	-------	----	----------	----------------------------------	----	-----	-----	--------

11.1.4 Medaljevinnere menn**67 kg**

1	66,50	SM	14.04.91	Daniel Roness, Spydeberg Atletene	119	148	267	363,15
2	66,10	SM	23.02.98	Bendik Dalen, Kvadraturen VK	92	120	212	289,45
3	66,14	SM	23.05.94	Even H. Walaker, Tønsberg-Kam.	97	114	211	287,98

73 kg

1	72,97	SM	02.10.94	Jantsen Øverås, Tambaraskjelvar IL 121	146	267	343,36	
2	72,87	SM	02.05.90	Fredrik Kvist Gyllensten, Christiania AK	103	125	228	293,44
3	71,62	SM	10.05.90	Michael Rosenberg, Elverum AK	96	121	217	282,10

81 kg

1	79,92	SM	22.06.85	Tomas Fjeldberg, Spydeberg Atletene	125	140	265	324,35
2	80,37	SM	24.09.94	Reza Benorouz, Spydeberg Atletene	109	140	249	303,89
3	80,95	SM	25.04.96	Johan Espedal, Stavanger VK	107	130	237	288,19

89 kg

1	88,51	SM	07.09.88	Håvard Grostad, Nidelv IL	134	158	292	340,29
2	86,67	SM	19.07.95	Mats Olsen, Tønsberg-Kam.	126	158	284	334,14
3	88,08	SM	22.02.96	Peter Wilke, AK Bjørgvin	122	142	264	308,33

96 kg

1	89,58	SM	11.01.89	Leik Simon Aas, T & IL National	116	152	268	310,66
2	94,70	SM	27.06.90	Sebastian Fløysvik, AK Bjørgvin	107	148	255	288,75
3	93,27	SM	26.01.89	Sjur Djupeda, Lørenskog AK	108	146	254	289,41

102 kg

1	96,65	SM	07.05.91	Phillip Houghton, AK Bjørgvin	117	161	278	312,26
2	100,91	M2	30.03.76	Børge Aadland, AK Bjørgvin	117	156	273	301,72
3	100,86	SM	15.10.92	Jørgen Kjellevand, Spydeberg AT	122	150	272	300,67

109kg

1	105,94	SM	23.06.87	Tor Kristoffer Klethagen, Gjøvik AK	130	150	280	304,30
2	103,81	SM	07.03.93	Laurits Hamre, AK Bjørgvin	108	155	263	287,78
3	107,74	SM	19.09.88	Lars Joachim Nilsen, T & IL National	115	147	262	283,19

+109kg

1	120,30	SM	24.12.89	Kim Eirik Tollefsen, Tønsberg-Kam.	155	200	355	371,93
2	119,99	JM	19.06.01	Ragnar Holme, Tambaraskjelvar IL130	170	300	314,51	
3	118,25	SM	17.11.91	Tord Gravdal, Vigrestad IK 121	166	287	301,99	

11.2 Norgesmesterskapet for veteran 04 mai, Vigrestad, Vigrestad IK

11.2.1 Kvinner

59kg									
1	56,14	K1	27.04.1981	Anne Knarvik, AK Bjørgvin	65	110	155,31	172,24	
64kg									
1	63,23	K1	27.11.1982	Oddry Folkestad, Tønsberg Kam	85	148	193,54	212,12	
81kg									
	79,87	K1	26.05.1980	Ingeborg Endresen, AK Bjørgvin	70				
71kg									
1	71,00	K2	04.04.1978	Larisa Izumrudova, Vigrestad IK	65	115	140,86	161,84	
76kg									
1	74,72	K2	20.03.1979	Trine Munkvold Lindset, Tambarskjelvar IL	68	123	146,8	166,61	
87kg									
1	81,01	K4	19.05.1966	Eva Grøndahl Lundberg, Spydeberg AT	43	79	90,82	121,52	
59kg1									
	56,81	K4	02.09.1969	Eva Bjørkeng, Tromsø AK	59	107	149,86	191,67	
87kg									
1	86,81	K5	24.12.1964	Margit Skjervheim AK Bjørgvin	55	95	106,15	147,01	

11.2.2 Menn

81kg									
1	80,9	M1	10.12.1984	Arnfinn W. Kopperud, IL Kraftsport	75	103	178	216,51	232,1
96kg									
1	91,66	M1	20.02.1982	Øystein Sæten Hoff, AK Bjørgvin	87	115	202	231,85	254,1
102kg									
1	101,61	M1	02.03.1984	Ørjan Hagelund, Vigrestad IK	121	145	266	293,26	314,37
73kg									
1	71,88	M2	15.06.1978	Ronny Matnisdal, Vigrestad IK	115	130	245	317,82	365,18
81kg									
1	79,44	M2	20.11.1978	Robert Grønland, Elverum AK	76	103	179	219,77	252,52
102kg									
1	101,8	M2	30.03.1976	Børge Aadland, AK Bjørgvin	115	152	267	294,16	345,93
109kg									
1	109,15	M2	15.04.1978	Svein Gunnar Standnes, AK Bjørgvin	87	110	197	212,06	243,66
109kg									
1	109,31	M3	10.09.1971	Cornelius Wiedswang, Oslo AK	60	75	135	145,25	181,28
109kg									
1	107,88	M3	13.06.1973	John Kåre Monsen, Hillevåg AK	90	115	205	221,48	269,77
109kg									
2	119,49	M3	24.01.1970	Runar Saxegård, Lenja AK	50	60	110	115,44	145,8
96kg									
1	89,26	M4	28.03.1965	Dag A. Klinkenberg, Hillevåg AK	79	96	175	203,18	276,52
89kg									
1	88,96	M4	12.06.1969	Lars Thomas Grønlien, Oslo AK	90	106	196	227,9	291,48
102kg									
1	100,03	M4	02.07.1968	Dag Rønnevik Tysvær VK	75	105	180	199,57	258,85
81kg									
1	80,94	M7	17.12.1954	Egon Vee-Haugen, Grenland AK	77	94	171	207,95	345,82
89kg									
1	88,01	M5	04.06.1961	Terje Gulvik, Larvik AK	97	112	209	244,18	357,00
89kg									
1	86,16	M6	23.12.1957	Vidar Sæland, Vigrestad IK	78	105	183	215,9	338,52
109kg									
1	106,7	M6	25.09.1957	Rune Johansen, Lenja AK	77	115	192	208,17	326,42
102kg									
1	97,59	M6	31.05.1959	Geir Robert Hestmann, Oslo AK	98	110	208	232,76	352,41

96kg									
1	95,32	M7	30.06.1951	Terje Grimstad, Larvik AK	70	90	160	180,71	321,47
73kg									
1	71,76	M8	18.08.1947	Sigvald Monsen, Hillevåg AK	46	55	101	131,15	256,13
96kg									
1	93,59	M9	30.05.1940	Roald Bjerkholt, Larvik AK	48	55	103	117,19	283,49
109kg									
1	109,59	M9	13.12.1943	Kolbjørn Bjerkholt, Larvik AK	62	77	139	149,44	325,93

11.3 Norgesmesterskapet for junior 27 april i Bergen, AK Bjørgvin

11.3.1 Medaljevinnere jenter

49kg									
1	48,29	07.04.04	Ronja Lenvik, Hitra VK		49	55	104	164,07	
2	47,64	13.03.05	Sandra Nævdal, AK Bjørgvin		44	50	94	149,89	
3	48,03	02.12.05	Emma Reiakvam, Tambarskjelvar IL		38	45	83	131,50	
55kg									
1	53,22	05.02.00	Tiril Boge, AK Bjørgvin		65	77	142	208,17	
2	54,12	15.10.99	Hanna Rullestad, Haugesund VK		43	64	107	154,99	
3	54,28	26.09.04	Åse Johanne Berg, Hitra VK		46	60	106	153,22	
59kg									
1	58,27	28.02.02	Julia Jordanger Loen, Breimsbygda IL		70	82	152	209,30	
2	56,80	20.10.05	Thea Andersen Larsen, Larvik AK		40	48	88	123,26	
3	58,87	22.04.02	Guro Svendsen, Tysvær VK		35	50	85	116,26	
64kg									
1	60,50	20.01.00	Oda Helene Sunde Svendsen Jølster IL		67	76	143	192,18	
2	60,01	25.09.00	Ida Vaka, Tysvær VK		55	70	125	168,87	
3	63,77	17.08.05	Linn Christina Larssen, Larvik AK		49	61	110	143,11	
71kg									
1	69,76	27.09.99	Ida Regine Thorstensen, Tromsø AK		60	79	139	171,85	
2	69,49	09.09.00	Solveig Helene Smistad, Stavanger VK		61	74	135	167,26	
3	67,63	31.05.00	Andrine Sandved Hestenes, Tysvær VK		60	73	133	167,25	
76kg									
1	73,89	13.03.99	Maren Fikse, Gjøvik AK		77	93	170	204,01	
2	71,16	16.04.02	Emilie Kolseth Jensen, Breimsbygda IL		37	57	94	115,00	
87kg									
1	76,71	22.04.00	Kristina Støfring, Jølster IL		58	71	129	152,02	
2	76,50	23.06.00	Vilde Sårheim, Breimsbygda IL		61	67	128	151,04	
3	76,42	22.03.01	Oda Marie Myklebust, AK Bjørgvin		52	73	125	147,57	
+87g									
1	88,47	16.01.02	Erika Jellestad, Vigrestad IK		53	67	120	133,11	
67kg									
1	65,35	04.01.00	Robert Andre Moldestad, Breimsbygda IL		90	113	203	279,20	
2	66,87	28.04.04	Henrik Reiakvam, Tambarskjelvar IL		81	100	181	245,32	
3	65,65	09.03.04	Joachim Offman, Tambarskjelvar IL		71	83	154	211,18	
73kg									
1	70,07	25.11.01	Aron Süssmann, Stavanger VK		100	112	212	279,19	
2	71,82	24.02.01	Simen I Hinderaker, Kvadraturen VK		85	101	186	241,40	

3	70,51	21.03.04	Kristen Espedal Røyset, Tambarskjelvar IL	79	101	180	236,17
81kg							
1	77,62	08.12.01	Øystein Aleksander Skaug, Nidelv IL	113	135	248	308,22
2	75,32	26.09.01	Remy Aune, Hitra VK	86	113	199	251,39
3	78,97	31.08.01	Mathias Lauvland Jørgensen, Kvadraturen VK	88	108	196	241,39
89kg							
1	86,74	24.02.01	Håkon Eik Litland, AK Bjørgvin	107	127	234	275,21
2	82,87	10.08.00	Bent Andre Midtbø, Breimsbygda IL	89	113	202	242,78
3	88,05	02.12.00	Daniel Solberg, Tønsberg-Kam.	85	110	195	227,78
96kg							
1	91,11	13.09.99	Vetle Andersen, Larvik AK	112	134	246	283,07
2	95,80	23.03.00	Kristen Brosvik, AK Bjørgvin	105	136	241	271,64
102kg							
1	99,57	04.04.02	Hans Gunnar Kvadsheim Vigrestad IK	81	108	189	209,91
109kg							
1	107,47	24.01.03	Mathias Dale, Breimsbygda IL	90	100	190	205,53
+109kg							
1	115,70	19.06.01	Ragnar Holm, Tambarskjelvar IL	138	172	310	328,08

11.4 Norgesmesterskapet i 5 kamp 15 september i Gloppen, Breimsbygda IL

11.4.1 Medaljevinnere jenter

Jenter 13-14:

1	49	Sandra Nævdal, AK Bjørgvin	49	60	6,82	14,29	6,83	626,55
2	71	Linn Christina Larsen, Larvik AK	53	64	6,60	13,25	7,22	561,73
3	59	Maja Fuglestrand Baade, Breimsbygda IL	22	28	6,13	13,39	7,53	447,94
4	64	Thea Andersen Larsen, Larvik AK	40	51	5,65	11,31	8,45	443,92
5	59	Mille Aurora Karlsen, Gjøvik AK	21	28	4,68	8,19	9,26	295,44

Jenter 15-16:

1	55	Ronja Lenvik, Hitra VK	55	64	6,88	13,02	6,85	620,07
2	59	Mariell Morken, AK Bjørgvin	48	64	7,02	13,64	6,82	598,72
3	55	Åse Johanne Berge, Hitra VK	48	61	6,92	12,38	7,05	580,92
4	64	Julie Kristiun Skjerdal, IL Brodd	35	55	7,25	14,30	6,83	569,67
5	+81	Carmen Grimseth, Tambarskjelvar IL	60	71	5,63	11,17	8,32	477,10
6	59	June Hansen, Gjøvik AK	34	44	5,90	9,18	7,62	442,37
7	81	Nora Barstad, Breimsbygda IL	32	37	5,49	11,84	7,92	417,63
8	59	Louisa Hjelmås, Gjøvik AK	33	45	6,26	6,81	7,85	415,42
9	59	Hanne Synnøve Totland, Gjøvik AK	29	37	5,20	6,50	8,33	351,52
10	55	Iben Karete Karlsen, Gjøvik AK	20	30	4,43	7,10	9,31	279,76

Jenter 17-18:

1	64	Julia Jordanger Loen, Breimsbygda IL	63	73	7,46	15,01	6,77	664,23
2	71	Helle Henriksen Hvidsten, Breimsbygda IL	48	60	7,07	16,04	6,89	609,07
3	71	Emilie Kolseth Jensen, Breimsbygda IL	39	55	6,70	15,50	7,30	553,83
4	55	Sandra Munkhaugen, Nidelv IL	35	50	6,71	11,23	7,19	522,68
5	71	Anna Wiik, Breimsbygda IL	37	45	6,98	12,68	7,31	506,24
6	71	Sunniva Nyheim, Breimsbygda IL	44	57	6,27	11,56	7,55	500,36

Jenter 19-23:

1	59	Rebekka Tao Jacobsen, Larvik AK	77	101	7,16	13,38	6,67	720,87
2	55	Tiril Boge, AK Bjørgvin	67	79	8,23	14,71	6,75	707,85
3	71	Nora Skuggedal, Larvik AK	75	106	7,49	14,91	6,95	702,18

4	64	Oda Helene Sunde Svendsen, Jølster IL	60	68	6,78	12,14	7,01	592,58
5	81	Kristina Støfring, Jølster IL	60	72	6,68	12,89	7,42	559,36
6	81	Vilde Sårheim, Breimsbygda IL	56	65	5,73	13,12	8,08	502,81

Jenter over 23:

1	59	Sarah Hovden Øvsthus, AK Bjørgvin	83	101	8,17	15,91	6,52	788,95
2	55	Vibeke Carlsen, Tønsberg-Kam.	60	79	7,52	13,64	6,88	665,83
3	59	Linda Kolobekken, Gjøvik AK	55	65	7,55	9,95	6,68	592,78
4	55	Isabell Thorberg, Tønsberg-Kam.	51	61	6,68	11,16	7,61	542,30

Topp 10 jenter total:

1	59	Sarah Hovden Øvsthus, AK Bjørgvin	83	101	8,17	15,91	6,52	788,95
2	59	Rebekka Tao Jacobsen, Larvik AK	77	101	7,16	13,38	6,67	720,87
3	55	Tiril Boge, AK Bjørgvin	67	79	8,23	14,71	6,75	707,85
4	71	Nora Skuggedal, Larvik AK	75	106	7,49	14,91	6,95	702,18
5	55	Vibeke Carlsen, Tønsberg-Kam.	60	79	7,52	13,64	6,88	665,83
6	64	Julia Jordanger Loen, Breimsbygda IL	63	73	7,46	15,01	6,77	664,23
7	49	Sandra Nævdal, AK Bjørgvin	49	60	6,82	14,29	6,83	626,55
8	55	Ronja Lenvik, Hitra VK	55	64	6,88	13,02	6,85	620,07
9	71	Helle Henriksen Hvidsten, Breimsbygda IL	48	60	7,07	16,04	6,89	609,07
10	59	Mariell Morken, AK Bjørgvin	48	64	7,02	13,64	6,82	598,72

11.4.2 Medaljevinnere gutter

Gutter 13-14:

1	55	Leif Magnus Grov Husevåg, IL Brodd	70	86	7,12	16,17	6,63	679,02
2	55	Aksel Svorstøl, Tambarskjelvar IL	43	59	7,18	12,79	6,80	609,06
3	49	Magnus Børøund, Nidelv IL	44	56	7,06	11,66	7,26	587,61
4	49	Alvolai Røyseth, Tambarskjelvar IL	42	50	6,62	11,45	7,35	552,36
5	55	Sigve Muldsvor, Tambarskjelvar IL	45	58	7,41	9,73	7,03	550,16
6	67	Rasmus Aune, Hitra VK	45	65	5,82	11,23	7,49	529,83
7	55	Adrian Rosmæl Skaug, Nidelv IL	46	56	6,44	10,86	7,94	500,84
8	55	Arnt Ole Mitbø Kolås, Tambarskjelvar IL	34	45	6,55	9,37	7,49	485,21
9	49	Jonas Olafsen, Nidelv IL	41	51	6,18	10,75	7,66	478,19
10	67	Odd-Henrik Hermanrud, Gjøvik AK	33	37	6,25	11,35	7,46	467,16
11	55	Nima Berntsen, Tambarskjelvar IL	33	38	6,17	8,89	7,21	464,81
12	49	Ruben Vikhals Bjerkan, Nidelv IL	37	47	6,03	11,66	7,80	454,15
13	55	Henrik Kjeldsberg, Nidelv IL	22	24	5,09	7,08	8,60	327,53
14	67	Jonatan Gustavsen, Tambarskjelvar IL	39	48	4,40	7,30	9,72	298,94
15	55	Johannes S. Hellevang, Tambarskjelvar IL	27	31	4,04	7,54	10,84	247,79

Gutter 15-16:

1	89	Anders Vik, AK Bjørgvin	85	108	8,60	19,48	6,31	807,37
2	73	Kristen Røyseth, Tambarskjelvar IL	85	110	8,34	16,32	6,42	788,73
3	73	Henrik Reiakvam, Tambarskjelvar IL	88	110	8,40	13,31	6,45	764,10
4	67	Joachim Offman, Tambarskjelvar IL	74	86	8,60	15,74	6,21	759,87
5	81	Mathias Aven, Tambarskjelvar IL	76	89	7,78	16,73	6,82	709,34
6	61	Lasse Bye, Nidelv IL	58	72	7,55	13,14	6,40	665,67
7	+102	Mathias Dale, Breimsbygda IL	90	103	7,31	15,51	7,56	664,69
8	89	William Hjelde Stormoen, Nidelv IL	70	78	7,40	13,87	7,02	631,11
9	67	Eivind Balstad, Nidelv IL	50	65	8,19	12,09	6,96	614,79
10	61	Kristian Antonsen, Hitra VK	45	53	6,84	9,97	6,99	541,52
11	73	Fredrik Mellemsæter, Hitra VK	42	55	6,43	13,19	7,36	528,88

Gutter 17-18:

1	96	Håkon Eik Litland, AK Bjørgvin	121	138	8,30	18,09	6,19	874,14
2	73	Mats Hofstad, Trondheim AK	94	120	9,03	14,00	6,14	832,94
3	73	Remy Heggvik Aune, Hitra VK	90	110	7,99	14,28	6,55	764,22
4	89	Mikal Akset, Hitra VK	85	110	8,35	13,27	6,29	740,90

Gutter over 19-23:

1	81	Mathias Hove Johansen, Stavanger VK	114	144	9,83	18,61	5,56	956,47
2	89	Eivind Kleven Hagen, Oslo AK	115	133	10,61	19,78	5,84	941,53
3	102	Vetle Andersen, Larvik AK	104	130	9,44	16,12	6,10	837,15
4	89	Håkon Hjelle Roset, IL Brodd	91	121	7,83	16,25	6,45	775,90
5	89	Bjarne Bergheim, Breimsbygda IL	83	105	8,56	16,84	6,44	766,60
6	96	Ole-Kristoffer Sørland, Breimsbygda IL	97	115	8,32	15,35	6,78	758,12
	89	Bernt Andre Midtbø, Breimsbygda IL						
	102	Kristen Brosvik, AK Bjørgvin						

Gutter over 23:

1	96	Roy Sømme Ommedal, Vigrestad IK	118	155	8,92	18,03	6,40	897,36
2	+109	Thomas Bankhaug, Larvik AK	111	138	8,20	16,70	7,03	785,17
3	+109	Tord Gravdal, Vigrestad IK	118	160	7,50	14,57	7,42	763,50
4	96	Åsmund Rykhus, Gjøvik AK	94	121	8,21	14,98	6,57	760,43
5	89	Andreas Viken, Stavanger VK	80	108	7,77	11,52	6,62	684,63

Topp 10 gutter total

1	81	Mathias Hove Johansen, Stavanger VK	114	144	9,83	18,61	5,56	956,47
2	89	Eivind Kleven Hagen, Oslo AK	115	133	10,61	19,78	5,84	941,53
3	96	Roy Sømme Ommedal, Vigrestad IK	118	155	8,92	18,03	6,40	897,36
4	96	Håkon Eik Litland, AK Bjørgvin	121	138	8,30	18,09	6,19	874,14
5	102	Vetle Andersen, Larvik AK	104	130	9,44	16,12	6,10	837,15
6	73	Mats Hofstad, Trondheim AK	94	120	9,03	14,00	6,14	832,94
7	89	Anders Vik, AK, Bjørgvin	85	108	8,60	19,48	6,31	807,37
8	73	Kristen Røyseth, Tambarskjelvar IL	85	110	8,34	16,32	6,42	788,73
9	+109	Thomas Bankhaug, Larvik AK	111	138	8,20	16,70	7,03	785,17
10	89	Håkon Hjelle Rose, IL Brodd	91	121	7,83	16,25	6,45	775,90

11.5 Norgesmesterskapet for ungdom 2 november Tambarskjelvar IL, Naustdal

11.5.1 Medaljevinnere jenter

Klasse 40kg

40	37,56	03.06.06	Dalia Hawdeany, Gjøvik AK	14	20	34	66,80	1
----	-------	----------	---------------------------	----	----	----	-------	---

Klasse 49kg.

49	47,82	13.03.05	Sandra Nævda, AK Bjørgvin	50	61	111	176,47	1
49	48,98	02.12.05	Emma Reiakvam, Tambarskjelvar IL	43	54	97	151,33	2

Klasse 55kg.

55	52,11	07.04.04	Ronja Lenvik, Hitra VK	57	67	124	184,60	1
55	53,96	26.09.04	Åse Johanne Berge, Hitra VK	48	59	107	155,31	2
55	54,10	28.05.04	June Hansen, Gjøvik AK	37	47	84	121,70	3
55	53,83	06.01.04	Hanne Synnøve Totland, Gjøvik AK	30	42	72	104,69	4
55	51,81	09.09.04	Iben Karate Karlsen, Gjøvik AK	25	32	57	85,22	5

Klasse 59kg

59	58,75	15.09.05	Trine Endestad Hellevang, Tamb. IL	47	57	104	142,44	1
59	58,09	24.05.06	Edle Eik Litland, AK Bjørgvin	40	53	93	128,32	2
59	58,00	24.01.06	Emilie Sofie Sandvik, Jølster IL	40	52	92	127,07	3
59	57,96	22.12.03	Louisa Hjelmås, Gjøvik AK	40	47	87	120,22	4
59	57,73	26.12.03	Mia Frøitland, Vigrestad IK	26	37	63	87,29	5
59	55,45	10.09.06	Mille Aurora Karlsen, Gjøvik AK	23	32	55	78,32	6

Klasse 64kg

64	59,44	28.02.02	Julia Jordanger Loen, Breimsbygda IL	65	77	142	193,01	1
64	59,98	15.12.03	Mariell Morken, AK Bjørgvin	49	62	111	150,00	2

64	59,70	29.12.03	Nora Ferkingstad Liknes, Tysvær VK	46	58	104	140,96	3
64	61,89	20.10.05	Thea Andersen Larsen, Larvik AK	40	52	92	121,90	4
64	60,28	08.10.02	Iselin Mehl Brekkhus, Vigrestad IK	37	46	83	111,81	5
64	63,28	25.09.03	Camilla Strand, Larvik AK	37	46	83	108,49	6

Klasse 71kg

71	64,58	14.03.04	Tine Rognaldsen Pedersen, Tysvær VK	50	72	122	157,54	1
71	70,92	21.05.03	Vår Eik Litland, AK Bjørgvin	57	70	127	155,65	2
71	69,17	16.04.02	Emilie Kolseth Jensen, Breimsbygda IL	41	57	98	121,72	3
71	68,39	30.07.02	Sunniva Nyheim, Breimsbygda IL	41	54	95	118,73	4
71	65,54	11.10.04	Tuva Sjørdal, Tysvær VK	45	45	90	115,22	5

Klasse 76kg

76	74,18	09.08.05	Anette Skjerli, Tambarskjelvar IL	48	58	106	126,96	1
76	73,90	09.09.04	Ingrid Tømmerhoel, Gjøvik AK	30	36	66	79,20	2

Klasse 81kg

81	79,67	08.03.02	Ina Brendø, Tambarskjelvar IL	36	49	85	98,44	
----	-------	----------	-------------------------------	----	----	----	-------	--

Klasse +81kg

+81	81,63	27.05.04	Carmen Grimseth, Tambarskjelvar IL	65	71	136	155,83	1
+81	94,81	17.01.02	Erika Jellestad, Vigrestad IK	55	72	127	137,48	2
+81	96,84	10.10.05	Ingeborg Martinsen Berglund, Gjøvik AK	38	48	86	92,47	3
+81	91,98	10.10.05	Marthe Andrea Eklund, Gjøvik AK	36	48	84	91,87	4

11.5.2 Medaljevinnere gutter

Klasse 49kg

49	48,93	22.02.05	Magnus Børøsdal, Nidelv IL	50	61	111	189,11	1
49	48,84	28.06.06	Alvolai Røyseth, Tambarskjelvar IL	45	55	100	170,63	2
49	39,88	28.12.06	Emil Viktor Sveum, Gjøvik AK	37	44	81	165,92	3

Klasse 55kg

55	54,66	24.07.06	Aksel Svorstøl, Tambarskjelvar IL	48	63	111	173,11	1
55	53,45	10.08.06	Arnt Ole Mitbø Kolås, Tambarskjelvar IL	37	47	84	133,28	2
55	53,50	22.05.05	Nima Berntsen, Tambarskjelvar IL	36	46	82	119,76	3
55	49,43	27.12.06	Brede Tengel Lesto, Tambarskjelvar IL	28	38	66	111,50	4
55	54,66	23.10.06	Ruben Vikhals Bjerkkan, Nidelv IL	35				

Klasse 61kg

61	59,44	13.01.04	Lasse Bye, Nidelv IL	60	75	135	197,97	1
61	60,41	13.01.05	Rasmus Aune, Hitra VK	51	67	118	171,08	2
61	60,34	14.04.06	Sigve Muldsvor, Tambarskjelvar IL	49	64	113	163,97	3
61	58,88	26.11.03	Kristian Antonsen, Hitra VK	46	57	103	152,06	4
61	59,88	27.06.05	Samuel Rafteseth, Gjøvik AK	39	53	92	134,21	5
61	55,97	04.03.05	Stefan Rønnevik, Tysvær VK	35	50	85	130,22	6
61	57,45	10.11.05	Oliver Reiakvam, Tambarskjelvar IL	34	40	74	111,20	7

Klasse 67kg

67	64,22	29.11.05	Kristian Aven, Tambarskjelvar IL	60	67	127	176,67	1
67	62,44	20.08.04	Eivind Balstad, Nidelv IL	55	65	120	170,08	2

Klasse 73kg

73	67,73	01.09.02	Mats Hofstad, Trondheim AK	90	115	205	275,63	1
73	70,05	28.04.04	Henrik Reiakvam, Tambarskjelvar IL	91	111	202	266,07	2
73	72,13	30.07.03	Fredrik Mellemsæther, Hitra VK	43	68	111	143,70	3
73	69,23	24.03.06	Anton Bruntland Gustavson, Vigrestad IK	43	52	95	126,02	4

Klasse 81kg

81	73,12	29.11.04	Kristen Røyseth, Tambarskjelvar IL	88	114	202	259,47	1
81	77,89	29.07.03	Mathias Aven, Tambarskjelvar IL	84	100	184	228,25	2

81	80,98	18.01.05	Leif Magnus Grov Husevåg, IL Brodd	68	90	158	192,09	3
81	78,31	28.09.06	Dawid Zakrzewsk, Tysvær VK	40	45	85	105,14	4

Klasse 89kg

89	83,76	07.03.03	Anders Vik, AK Bjørgvin	83	110	193	230,76	1
89	81,14	26.10.04	Daniel Ravndal, Tambaraskjelvar IL	73	87	160	194,33	2
89	83,62	28.08.04	William Hjelde Stormoen, Nidelv IL	72	84	156	186,67	3
89	87,48	21.02.06	Jonatan Gustavsen, Tambaraskjelvar IL	45	53	98	114,81	4
89	82,22	10.10.06	Johannes Solvåg Hellevang, Tamb. IL	28	35	63	76,01	5

Klasse 96kg

96	95,27	04.04.02	Hans Gunnar Kvadsheim, Vigrestad IK	83	98	181	204,47	1
----	-------	----------	-------------------------------------	----	----	-----	--------	---

11.6 Norgesmesterskapet for lag 23–24 november, Spydeberg Atletene

11.6.1 Junior kvinner

1 AK Bjørgvin 540,02 poeng

49	47,48	UK	Sandra Nævdal	50	58	108	172,68
76	71,20	UK	Vår Eik Litland	63	73	136	166,33
81	76,34	JK	Oda Marie Myklebust	55	77	132	155,91
55	53,70	JK	Tiril Boge	64	74	138	201,00

2 Tysvær VK 511,31 poeng

64	61,62	JK	Ida Vaka	60	73	133	176,70
71	66,62	JK	Marthe Knutsen	64	75	139	176,29
71	67,10	JK	Andrine Sandved Hestenes	50	70	120	151,57
71	64,04	UK	Tine Pedersen	57	65	122	158,33

3 Breimsbyga IL 473,03 poeng

81	78,96	JK	Vilde Sårheim	55	65	120	139,53
71	67,20	JK	Helle Henriksen Hvidsten	57	66	123	155,23
71	69,02	JK	Anna Wiik	40	53	93	115,65
59	58,64	UK	Julia Jordanger Loen	60	70	130	178,27

4 Tambaraskjelvar IL 411,31 poeng

76	73,80	UK	Anette Skjerli	48	56	104	124,88
64	59,34	UK	Trine Hellevang	47	53	100	136,07
55	49,02	UK	Emma Reiakvam	42	-		0,00
+81	82,78	UK	Carmen Grimseth	61	71	132	150,35

11.6.2 Junior menn

1 AK Bjørgvin 826,03 poeng

61	60,36	JM	Marcus Bratli	85	105	190	275,63
102	99,92	JM	Kristen Brosvik	107	136	243	269,53
96	91,92	JM	Håkon Eik Litland	115	130	245	280,86

2 Hitra VK 812,50 poeng

89	86,34	JM	Mikal Akset	100	118	218	256,94
81	75,34	JM	Stefan Paulsen	95	113	208	262,72
67	61,56	JM	Kim Alexander Kværnø	86	106	192	274,77
81	73,66	JM	Remy Heggvik Aune	95	120	215	275,01

3 Tambaraskjelvar IL 751,51 poeng

61	55,92	UM	Aksel Svorstøl	48	63	111	170,16
67	66,64	UM	Joakim Offmann	72	90	162	220,05
81	77,98	UM	Mathias Aven	81	97	178	220,68
+109	117,70	JM	Ragnar Holme	135	160	295	310,79

4	Breimsbygda IL					681,14 poeng	
81	78,96	"JK"	Vilde Sårheim	53	66	119	146,57
73	67,20	"JK"	Helle H. Hvidsten	52	66	118	159,44
89	83,92	JM	Bent Andre Midtbø	96	116	212	253,25
67	66,30	JM	Robert Andre Moldestad	87	110	197	268,46

11.6.3 Veteraner kvinner

1	Tønsberg-Kameratene					572,02 poeng	
76	75,72	K2	Ingvild P. Ervik	35	43	78	106,27
64	63,38	K1	Oddry Folkestad	57	83	140	200,37
71	66,06	K1	Ruth Kasirye	85	105	190	265,38

2	AK Bjørgvin					534,05 poeng	
87	83,60	K4	Margit Skjervheim	45	60	105	164,96
87	83,82	K1	Ingeborg Endresen	55	76	131	166,55
71	67,26	K2	Siren Loy	51	69	120	175,89
55	54,58	K1	Anne Knarvik	50	70	120	191,61

3	Spydeberg Atletene					482,76 poeng	
71	68,06	K2	Julie Dahle	45	51	96	138,22
76	73,46	K1	Aurora Foss	30	42	72	94,98
81	79,30	K4	Eva Grøndahl Lundberg	37	46	83	128,88
71	66,90	K1	Marie Mossige Grythe	74	85	159	215,66

11.6.4 Veteraner menn

1	Grenland AK					1011,93 poeng	
96	91,52	M5	Lars Hage	65	90	155	264,89
96	92,70	M7	Egon Vee-Haugen	70			
89	87,64	M5	Bjørnar Olsen	104	122	226	373,28
81	76,86	M5	Atle Rønning Kauppinen	94	122	216	373,76

2	Larvik AK					974,86 poeng	
109	105,70	M9	Kolbjørn Bjerkholt	62	78	140	332,09
89	82,40	M3	Thorkild Larsen	93	111	204	306,85
96	95,32	M9	Øistein Smith Larsen	48	72	120	286,91
102	99,54	M7	Terje Grimstad	75	95	170	335,92

3	Spydeberg Atletene					919,61 poeng	
96	92,70	M7	Johan Thonerud	71	84	155	300,82
81	74,36	M4	Bjørn Thore Olsen	40	40		0,00
89	84,82	M8	Leif Gøran Jenssen	55	65	120	272,40
102	99,38	M4	Alexander Bahmanyar	98	131	229	346,39

4	AK Børgvin					903,22 poeng	
96	91,82	M2	Øystein Sæten Hoff	89	114	203	255,17
81	79,70	M2	Fredrik Enger	83	100	183	260,64
96	95,78	M5	Petter N. Sæterdal	80	106	186	301,29
109	102,44	M2	Børge Aadland	113	151	264	341,29

11.6.5 Ungdom jenter

1	AK Bjørgvin					506,19 poeng	
59	57,42		Edle Eik Litland	44	55	99	137,66
59	58,80		Mariell Morken	46	65	111	151,94
49	47,48		Sandra Nævdal	53	63	116	185,47
76	71,20		Vår Eik Litland	64	74	138	168,78

2	Breimsbygda IL				437,22 poeng	
71	68,46	Sunniva Nyheim	44	58	102	127,41
71	68,68	Emilie Kolseth Jensen	43	57	100	124,69
81	79,24	Nora Barstad	40	46	86	99,84
59	58,64	Julia Jordanger Loen	65	70	135	185,12

3	Tambarskjevar IL				435,39 poeng	
76	73,80	Anette Skjerli	46	56	102	122,48
64	59,34	Trine Hellevang	46	57	103	140,15
55	49,02	Emma Reiakvam	40	50	90	140,32
+81	82,78	Carmen Grimseth	63	73	136	154,91

4	Tysvær VK				411,53 poeng	
64	60,32	Nora Liknes	48	45	93	125,22
71	64,04	Tine Pedersen	55	67	122	158,33
71	65,58	Tuva Sandvik Sørødal	45	55	100	127,98

UNGDOM GUTTER

1	Tambarskjelvar IL				703,74 poeng	
67	64,44	Kristian Aven	60	70	130	180,44
89	81,14	Daniel Ravndal	74	90	164	199,19
73	72,78	Henrik Reiakvam	89	108	197	253,72
81	74,26	Kristen Røyseth	84	113	197	250,83

2	Nidelv IL				566,53 poeng	
67	62,64	Eivind Balstad	57	66	123	173,96
55	49,18	Magnus Børøsdund	48	62	110	186,61
89	83,08	William Hjelde Stormoen	69	81	150	180,06
67	61,14	Lasse Bye	62	77	139	199,86

11.6.6 Senior kvinner elite

1	Tambarskjelvar IL				915,80 poeng	
59	58,10	Iris Luna Milstein	54	74	128	176,60
59	55,18	Karoline Linga	60	75	135	192,90
+87	87,84	Lone Kalland	88	112	200	222,45
64	59,64	Ine Andersson	84	105	189	256,34
71	66,94	Marit Årdalsbakke	88	105	193	244,11

2	Spydeberg Atletene				902,48 poeng	
64	61,40	Sanna Uppling	67	88	155	206,38
64	62,94	Celine Mariell Bertheussen	68	95	163	213,75
64	63,74	Lena Amalie Richter	76	100	176	229,05
76	72,06	Melissa Schanche	85	101	186	226,07
71	67,78	Marie Mossige Grythe	85	101	186	233,62

3	AK Bjørgvin				876,92 poeng	
81	78,24	Tuva Fløysvik				
64	63,78	Iselin Hatlenes	71	86	157	204,24
55	53,78	Tiril Boge	68	82	150	218,25
76	73,68	Marianne Hasfjord	69	95	164	197,09
55	54,70	Sarah Hovden Øvsthus	80	99	179	257,33

4	Tønsberg-Kameratene				774,52 poeng	
59	55,14	Isabell Thorberg	53	60	113	161,54
64	62,22	Heidi Olafsen	61	81	142	187,53
59	55,10	Vibeke Carlsen	55	70	125	178,79
76	73,00	Marianne Løvdok	65	85	150	181,11

71	67,24	Ruth Kasirye	80	100	180	227,09
----	-------	--------------	----	-----	-----	--------

11.6.7 Senior menn elite

1 Spydeberg Atletene **1531,61 poeng**

73	67,86	Mauricio Kjeldner	88	118	206	276,65
81	73,46	Jonas Grønstad	100	107	207	265,19
96	94,26	Birger Welsvik	110	137	247	280,22
89	81,74	Reza Benorouz	116	143	259	313,41
73	72,98	Daniel Strømsborg Roness	117	147	264	339,48
109	105,78	Jørgen Kjellevand	131	165	296	321,85

2 Tambarskjevar IL **1505,91 poeng**

81	73,46	Mathias Aven	83	95	178	228,03
96	92,74	Tore Gjølringbø	108	140	248	283,24
102	101,48	Evald Osnes Devik	108	140	248	273,54
81	75,98	Jantsen Øverås	110	135	245	308,02
96	92,22	Stein Inge Holstad	120	152	272	311,39
+109	120,74	Ragnar Holme	140	175	315	329,73

3 Vigrestad IK **1466,36 poeng**

102	95,70	Hans Gunnar Kvadsheim	88	110	198	223,27
+109	115,30	Tord Graydal	123	163	286	302,97
102	101,36	Ørjan Hagelund	121			0,00
81	74,82	Ronny Matnisdal	120	135	255	323,32
96	89,78	Jonas Hetland Mong	115	141	256	296,46
96	92,36	Roy Sømme Ommedal	126	154	280	320,34

4 AK Bjørgvin **1415,68 poeng**

89	88,52	Lars Espedal	107	130	237	276,18
102	99,54	Sebastian Fløysvik	102	130	232	257,69
67	61,10	Marcus Bratli	90			0,00
109	103,38	Børge Aadland	111	157	268	293,67
96	91,60	Håkon Eik Litland	116	132	248	284,72
89	89,00	Peter Wilke	121	140	261	303,42

12. INTERNASJONALE KONKURRANSER

12.1 Europamesterskapet for senior 05 - 13 april Batumi, Georgia

55	54,26	20.03.94	Sarah Hovden ØVSTHUS	79	100	179	258,80	11-10-10
55	54,92	12.09.96	Rebekka Tao JACOBSEN	78	100	178	255,18	13-11-12
59	58,32	14.08.92	Sol Anette WAALER	83	106	189	260,11	16-13-15
59	58,62	17.08.89	Ine ANDERSSON	82	102	184	252,37	17-19-15
64	63,86	11.05.92	Marit ARDALSBASSE	92	102	194	252,19	11-19-15
71	67,34	10.06.82	Ruth KASIRYE	93	116	209	263,46	6-5-5
+109	122,68	24.12.89	Kim Eirik TOLLEFSEN	155	199	354	369,14	16-15-15

12.2 Ramadadan WCH 2019 16.05.2019 Desert Barbell

71	64,75	11.05.92	Marit ARDALSBASSE	88	109	197	254,00	
----	-------	----------	-------------------	----	-----	-----	--------	--

12.3 Birds Eye British Weightlifting Championships 7 – 8 juni 2019, Coventry

Kvinner

Klasse	Krv	Født	Navn	Rykk	Støt	Sml	Total	Plasseringer
55	54,75	20.03.94	Sarah Hovden ØVSTHUS	83	102	185	265,79	Nr 1
59	58,75	14.08.92	Sol Anette WAALER	82	105	187	256,12	Nr 1

Menn

73	71,50	14.04.91	Daniel Roness	0				
----	-------	----------	---------------	---	--	--	--	--

12.4 Europamesterskapet for Master, 12 – 19 juni, Rovaniemi, Finland

73	71,47	M9	Kåre Sagmyr, Nidelv IL	45	60	105	136,67	289,32	Nr 4
96	93,48	M9	Roald Bjerkholt, Larvik AK	40	50	90	102,45	247,83	Nr 3
109	107,27	M9	Kolbjørn Bjerkholt, Larvik AK	55	65	120	129,88	283,28	Nr 1
+109	109,56	M9	Jan Nystrøm, Trondheim AK	70	87	157	168,81	357,36	Nr 1
81	79,40	M7	Egon Vee-Haugen, Grenland AK	77	90	167	205,09	341,07	Nr 1
96	95,00	M7	Johan Thonerud, Spydeberg AT	65	80	145	163,98	278,61	Nr 2
96	95,35	M6	Geir Hestmann, Oslo AK	93	108	201	226,98	343,65	Nr 1
89	88,44	M5	Lars-Thomas Grønlien, Oslo AK	85	107	192	223,83	286,28	Nr 6
89	87,48	M5	Terje Gulvik, Larvik AK	0					
87	85,20	K5	Margit Skjervheim, AK Bjørgvin	40	58	98	110,31	152,78	Nr 1
102	99,00	M5	Alexander Bahmanyar, Spydeb. AT	96	125	221	245,97	334,77	Nr 3
81	76,77	K4	Trine M. Lindseth, Tambarskjel.	58	69	127	149,61	169,81	Nr 3
87	82,63	K3	Ingeborg Endresen, AK Bjørgvin	56	72	128	145,91	163,71	Nr 1

12.5 Eleiko Grand Prix, 09.03.2020, Slovenia (klubbrepresentasjon)

55kg	54,80		Rebekka Tao Jacobsen, Larvik AK	78	100	178	255,57	Nr 1
64kg	61,15		Frida Nilsen Ruethemann, AK Bjørgvin	77	102	179	238,82	Nr 1
87kg	86,95		Lone Kalland, Tambarskjelvar IL	85	113	198	221,04	Nr 1

Sinclair Ranking

1.	55 kg	54,80	Rebekka Tao Jacobsen, Larvik AK	78	100	178	255,57
2.	64 kg	61,15	Frida Nilsen Ruethemann, AK Bjørgvin	77	102	179	238,82
6.	87 kg	86,95	Lone, Kalland, Tambarskjelvar IL	85	113	198	221,04

12.6 German W.Open 27.07.2019 Braunschweig

71	70,90	SK	Julie Alexandra Klæboe, Trondheim AK	60	73	133	163,02	
----	-------	----	--------------------------------------	----	----	-----	--------	--

12.7 Verdensmesterskapet for veteraner, 16 -24 august i Monteral, Canada

96	95,50	M7	24.10.1953	Johan Thonerud	70	85	155	174,93	297,20	Nr 3
96	95,50	M6	31.05.1959	Geir Hestmann	92	112	204	227,14	343,89	Nr 1

102	101,35	M2	30.03.1976	Børge Aadland	111	150	261	288,01	338,70	Nr 3
73	72,60	M2	15.06.1978	Ronny Matnisdal	120	140	260	335,34	385,30	Nr 1
81	80,00	K1	26.05.1980	Ingeborg Endresen	60	77	137	158,37	177,69	Nr 7
71	66,35	K1	02.02.1984	Marie Mossige Grythe	81	103	184	233,30	250,74	Nr 1

12.8 Aalborg Cup 31 august 2019 (klubbrepresentasjon)

59	58,40	SK	13.11.1992	Ragnhild H. Lillegård	64	88	152	208,99	Nr 2
59	55,30	SK	04.12.1986	Vibeke Carlsen	60	78	138	196,88	Nr 6
59	55,40	SK	31.01.1993	Isabell Thorberg	50	61	111	158,16	Nr 9
64	62,80	SK	01.01.1997	Emma Hald	74	85	159	208,78	Nr 3
64	63,60	SK	11.10.1994	Evelina Galaibo	46	56	102	132,91	Nr 9
76	73,90	SK	31.12.1989	Melissa Schanche	89	101	190	228,00	Nr 2
+87	94,60	SK	05.07.2001	Charlotte Martinsen	47	64	111	120,25	Nr 7
+87	87,20	SK	02.09.1991	Jeanette Gulliksrud	37	51	88	97,85	Nr 8
+87	89,00	SK	10.11.1992	Lone Kalland	91	112	203	224,67	Nr 2
73	72,30	SM	03.09.1991	Trygve Stenrud Nielsen	86	100	186	240,71	Nr 3
89	87,50	SM	03.10.1996	Eivind Kleven Hagen	105	125	230	269,42	Nr 6
89	88,40	SM	19.07.1995	Mats Olsen	128	167	295	343,96	Nr 1
89	88,40	SM	10.10.1994	Lars Espedal	106	131	237	276,34	Nr 4
89	89,00	SM	03.10.1999	Daniel Solberg		0	116		
96	92,00	SM	21.06.1984	Kenneth Friberg	95	126	221	253,25	Nr 6
102	98,00	M6	10.09.1959	Geir Hestmann	90	110	200	223,45	Nr 6
109	108,10	M3	10.09.1971	Cornelius Wiedsvang	62	78	140	151,16	Nr 6
+109	119,90	SM	24.12.1989	Kim Eirik Tollefsen	162	201	363	380,62	Nr 1

12.9 Cup Blue Sword 2019 29 – 31 august, Meissen

59	57,55	SK	Rebekka	Tao Jacobsen	Larvik AK	70	90	160	222,25	Nr 4
----	-------	----	---------	--------------	-----------	----	----	-----	--------	------

12.10 Nordisk mesterskap for senior 11 – 13 oktober, 2019, Vigrestad IK

Norske nordiske mestre:

Klasse 55 kg: Sarah Hovden Øvsthus AK Bjørgvin

Klasse 59 kg: Sol Anette Waaler, Trondheim AK

Klasse 67 kg: Bendik Drangsholt Dalen, Kvadraturen AK

Klasse +109 kg: Kim Eirik Tollefsen, Tønsberg Kameratene

Norske resultater kvinner:

55 kg

1	ØVSTHUS Sarah Orteza Hovden	NOR	54,54	82	98	180	259,31
3	BOGE Tiril	NOR	54,41	65	81	146	210,68

59 kg

1	WAALER Sol Anette	NOR	58,70	81	103	184	252,15
3	JACOBSEN Rebekka Tao	NOR	56,22	78	102	180	253,90

64 kg

3	GRYTHE Marie Mossige	NOR	63,59	77	103	180	234,58
5	RICHTER Lena Amalie	NOR	63,34	75	92	167	218,16

71 kg

2	SCHANKE Melissa	NOR	70,87	86	103	189	231,72
3	ÅRDALSBASSE Marit	NOR	64,67	88	100	188	242,57

87 kg

3	KALLAND Lone	NOR	86,95	87	105	192	214,39
---	--------------	-----	-------	----	-----	-----	--------

Norske resultater menn

67 kg

1	DALEN Bendik Drangsholt	NOR	56,96	95	117	212	320,58
---	-------------------------	-----	-------	----	-----	-----	--------

73 kg

2	RONESS Daniel Strømsborg	NOR	72,52	115	156	271	349,75
---	--------------------------	-----	-------	-----	-----	-----	--------

81 kg							
4	BENEROUZ Reza	NOR	79,14	111	140	251	308,77
89 kg							
2	OLSEN Mats	NOR	86,63	126	168	294	345,98
96 kg							
3	OMMEDAL Roy Sømme	NOR	91,77	124	159	283	324,65
109 kg							
3	KJELLEVDAND Jørgen	NOR	106,15	129	164	293	318,22
+109 kg							
1	TOLLEFSEN Kim Eirik	NOR	121,94	163	203	366	382,20-
Nasjonspoeng							
Kvinner				Menn			
1	Norge	41	poeng	1	Norge	38	poeng
2	Danmark	33	poeng	2	Finland	31	poeng
3	Sverige	28	poeng	3	Sverige	28	poeng
4	Island	6	poeng	4	Danmark	26	poeng
5	Finland	5	poeng	5	Island	17	poeng

Ti på topp kvinner:

1	STRENIUS Patricia	SWE	75,63	105	133	238	282,38
2	ØVSTHUS Sarah Orteza Hovden	NOR	54,54	82	98	180	259,31
3	JACOBSEN Rebekka Tao	NOR	56,22	78	102	180	253,90
4	WAALER Sol Anette	NOR	58,70	81	103	184	252,15
5	POULSEN Amanda	DEN	61,95	87	103	190	251,59
6	HELGADOTTIR Þuridur Erla	ISL	58,85	79	103	182	248,99
7	BRUHN Katrine	DEN	56,25	76	100	176	248,17
8	ÅRDALSBASSE Marit	NOR	64,67	88	100	188	242,57
9	ADOLFSSON Jenny	SWE	62,18	82	101	183	241,77
10	JUNHOV-RINDBERG Paula	SWE	86,14	96	116	212	237,59

Ti på topp menn:

1	KRING Tim	DEN	72,81	137	170	307	395,30
2	TOLLEFSEN Kim Eirik	NOR	121,94	163	203	366	382,20
3	RETULAINEN Eero	FIN	90,24	144	180	324	374,37
4	KESKITALO Hannes Heikki Juhni	FIN	107,39	150	195	345	373,29
5	ÅGREN Stefan Wilhelm Mauritz	SWE	109,00	150	196	346	372,61
6	NYKÄNEN Jesse	FIN	88,23	143	171	314	366,45
7	ALAM Omed	DEN	80,00	135	155	290	354,77
8	RONES Daniel Strømsborg	NOR	72,52	115	156	271	349,75
9	VILAGI Christopher	SWE	91,94	140	165	305	349,61
10	OLSEN Mats	NOR	86,63	126	168	294	345,98

12.11 Nordisk for ungdom 16-17 November 2019, Sundsvall, Sverige**Norske resultater ungdom jenter:**

KI 49 kg	Nr 2	Sandra Nævdal	47,24	NOR	52,0	61,0	113,0	181,41
KI 55 kg	Nr 3	Ronja Lenvik	50,09	NOR	51,0	66,0	117,0	179,41
KI 59 kg	Nr 1	Julia Jordanger Loen	57,63	NOR	69,0	80,0	149,0	206,68

Nasjonspoeng ungdom jenter:

Finland 37poeng, Sverige 19 poeng, Norge 16 poeng, Danmark 10 poeng, Island 9 poeng

Norske resultater ungdom gutter:

KI 67kg	Nr 1	Mats Hofstad	66,41	NOR	95,0	120,0	215,0	292,68
KI 96kg	Nr 2	Kristen Røyseth	72,93	NOR	88,0	115,0	203,0	261,14
KI 73	Nr 3	Henrik Reiakvam	70,48	NOR	85,0	108,0	193,0	253,29

Nasjonspoeng ungdom gutter:

Finland 40 poeng, Danmark 18 poeng, Sverige 29 poeng, Island 7 poeng, Norge 16 poeng

12.12 Nordisk for junior 16-17 November 2019, Sundsvall, Sverige

Norske resultater junior jenter:

Kl 55 kg

Nr 2	Tiril Boge	54,38	NOR	67,0	77,0	144,0	207,88
------	------------	-------	-----	------	------	-------	--------

Nasjonspoeng junior jenter:

Finland 28 poeng, Sverige 20 poeng, Island 14 poeng, Danmark 10 poeng, Norge 5 poeng,

Norske resultater junior gutter:

Kl 61 kg

Nr 1	Marcus Bratli	60,61	NOR	96,0	112,0	208,0	300,88
------	---------------	-------	-----	------	-------	-------	--------

Kl 67 kg

Nr 1	Aron Sussman	66,60	NOR	99,0	117,0	216,0	293,53
------	--------------	-------	-----	------	-------	-------	--------

Kl 96 kg

Nr 1	Håkon Eik Litland	90,23	NOR	125,0	139,0	264,0	305,06
------	-------------------	-------	-----	-------	-------	-------	--------

Nr -	Oskar Emil Wavold	93,87	NOR	120,0	,0	120,0	136,37
------	-------------------	-------	-----	-------	----	-------	--------

Kl +109 kg

Nr 1	Ragnar Holme	119,10	NOR	145,0	180,0	325,0	341,35
------	--------------	--------	-----	-------	-------	-------	--------

Nasjonspoeng junior gutter:

Sverige 30 poeng Norge 25 poeng Finland 24 poeng, Danmark 18 poeng, Island 14 poeng

12.13 Europamesterskapet for U23 år 17-25 oktober 2019, Bucharesti, Romania

Norske resultater kvinner:

55 kg	55,00	Rebekka Tao Jacobsen	79	105	184	263,51	nr 4,3,3
-------	-------	----------------------	----	-----	-----	--------	----------

12.14 Championnat de France des Clubs (klubbrepresentasjon)

Championnat de France des Clubs 02.11.19

Kl 55	54,80	Tiril Boge, Vga Saint Maur	67	83	150	215,37
-------	-------	----------------------------	----	----	-----	--------

Kl 109	103,20	Børge Aadland, Vga Saint Maur	114	155	269	294,95
--------	--------	-------------------------------	-----	-----	-----	--------

Championnat de France des Clubs 23.11.19

Kl +109	122,50	Kim Eirik Tollefsen, Vga Saint Maur	155	200	355	370,31
---------	--------	-------------------------------------	-----	-----	-----	--------

Championnat de France des Clubs 14.12.19

Kl +109	123,00	Kim Eirik Tollefsen, Vga Saint Maur	160	0	0	
---------	--------	-------------------------------------	-----	---	---	--

Kl 55	54,10	Tiril Boge, Vga Saint Maur	66	77	143	207,19
-------	-------	----------------------------	----	----	-----	--------

12.15 VM 2019 Pattaya, Thailand

Norske resultater kvinner:

Klasse 55 kg

Nr 23	54,55	Sarah Hovden Øvsthus, NOR	82	100	182	262,15
-------	-------	---------------------------	----	-----	-----	--------

Nr 29	54,90	Rebekka Tao Jacobsen, NOR	78	98	176	252,37
-------	-------	---------------------------	----	----	-----	--------

Klasse 59kg

Nr 19	58,60	Ine Drablos Andersson, NOR	87	106	193	264,78
-------	-------	----------------------------	----	-----	-----	--------

NR 21	58,85	Sol Anette Waaler, NOR	82	105	187	255,83
-------	-------	------------------------	----	-----	-----	--------

Klasse 64kg

Nr -	63,90	Marit Årdalsbakke, NOR	0	104	0	0
------	-------	------------------------	---	-----	---	---

Norske resultater menn:

Klasse +109 kg

Nr 24	120,50	Kim Eirik Tollefsen, NOR	162	205	367	384,34
-------	--------	--------------------------	-----	-----	-----	--------

12.16 Bundesliga 2019-2020

59 kg	59,6	Sol Anette Waaler, Trondheim AK	81	103	184	250,53
-------	------	---------------------------------	----	-----	-----	--------

12.17 AK Gothas jubileums cup 14 desember 2019 Danmark

102 kg	99,00	Laurits Hamre AK Bjørgvin	116	150	265	296,06
--------	-------	---------------------------	-----	-----	-----	--------

12.18 6th Qatar International Cup 2019 20-24 desember 2019

59 kg	58,90	Ine Drablos Andersson, Tambarskjelvar IL	83	104	187	255,69 Nr 7
-------	-------	--	----	-----	-----	-------------

12.19 EM U15 - U17 Eilat, Israel

49	46,60	UK	U 15	Sandra Nævdal, AK Bjørgvin	50	62	112	181,79	12;11;12
55	50,97	UK	U 15	Ronja Lenvik, Hitra VK	55	70	125	189,17	17;18;17
59	58,38	UK	U 17	Julia Jordanger Loen, Breimsbygda IL	69	84	153	210,42	14;16;16
67	66,20	UM	U 17	Mats Hofstad, Trondheim AK	92	115	207	282,35	13;13;13
73	71,70	UM	U 15	Henrik Reiakvam Tambarskjelvar IL	89	109	198	257,23	10;11;11
73	72,25	UM	U 15	Kristen Røyseth Tambarskjelvar IL	89	115	204	263,85	12;9;10
81	80,61	UK	U 15	Carmen Grimseth Tambarskjelvar IL	65	73	138	158,99	7;8;8

13. Norges Cup 2019

Ungdom jenter

1	Julia Jordanger Loen, Breimsbygda IL	75
2	Ronja Lenvik, Hitra VK	71
3	Sandra Nævdal, AK Bjørgvin	67
4	Åse Johanne Berge, Hitra VK	60
5	Emma Reiakvam, Tambarskjelvar IL	54

Ungdom gutter:

1	Kristen Røyseth, Tambarskjelvar IL	67
2	Henrik Reiakvam, Tambarskjelvar IL	65
3	Hans Gunnar Kvadsheim, Vigrestad IK	59
4	Joachim Offman, Tambarskjelvar IL	57
5	Mathias Lunde Aven, Tambarskjelvar IL	56

Junior jenter:

1	Oda Helene Sunde Svendsen, Jølster IL	71
2	Vilde Sårheim, Breimsbygda IL	58
3	Kristina Støfring, Jølster IL	58
4	Charlotte Martinsen, Oslo AK	52
5	Ida Regine Thorstensen, Tromsø AK	43

Junior gutter

1	Vetle Andersen, Larvik AK	69
2	Aron Süßmann, Stavanger VK	69
3	Remy Heggvik Aune, Hitra VK	62
4	Mikal Akseth, Hitra VK	54
5	Ragnar Holme, Tambarskjelvar IL	50

14. Statistikk 2019

14.1 Senior menn

NR	NAVN	KLUBB	KAT	KRV	RYKK	STØT	TOT	SINCL
1	Kim Eirik Tollefsen, Tønsberg-Kam		SM	121,90	163	203	366	382,20
2	Daniel Roness,, Spydeberg Atletene		SM	66,50	119	148	267	363,15
3	Mats Olsen, Tønsberg-Kam.		SM	86,60	126	168	294	345,98
4	Jantsen Øverås, Tambarskjelvar IL		SM	73,00	121	146	267	343,36
5	Håvard Grostad, Nidelv IL		SM	88,50	134	158	292	340,29
6	Tomas Fjeldberg, Spydeberg Atletene		SM	80,60	125	142	267	325,41
7	Roy Sømme Ommedal, Vigrestad IK		SM	91,80	124	159	283	324,65
8	Jørgen Kjellelland, Spydeberg Atletene		SM	105,80	131	165	296	321,85
9	Bendik Dalen, Kvadraturen VK		SM	57,00	95	117	212	320,58
10	Mathias Hove Johansen, Stavanger VK		SM	79,80	114	144	258	315,96

14.2 Senior kvinner

NR	NAVN	KLUBB	KAT	KRV	RYKK	STØT	TOT	SINCL
1	Ruth Kasirye, Tønsberg-Kam.		K1	66,50	95	115	210	266,54
2	Sarah Hovden Øvsthus, AK Bjørgvin		SK	54,80	83	102	185	265,79
3	Ine Andersson, Tambarskjelvar IL		SK	58,60	87	106	193	264,78
4	Rebekka Tao Jacobsen, Larvik AK		SK	55,00	79	105	184	263,51
5	Sol Anette Waaler, Trondheim AK		SK	59,60	85	109	194	263,29
6	Marit Årdalsbakke, Tambarskjelvar IL		SK	64,80	88	109	197	254,00
7	Frida Ruetherm. Nilsen, AK Bjørgvin		SK	61,20	77	102	179	238,95
8	Marie Mossige Grythe, Spydeberg Atletene		K1	63,60	77	103	180	234,58
9	Melissa Schanche, Spydeberg Atletene		SK	70,90	86	103	189	231,72
10	Lena Richter, Spydeberg Atletene		SK	63,70	76	100	176	229,05

14.3 Junior menn

NR	NAVN	KLUBB	KAT	KRV	RYKK	STØT	TOT	SINCL
1	Ragnar Holme, Tambarskjelvar IL		JM	119,10	145	180	325	341,35
2	Marcus Bratli, AK Bjørgvin		JM	60,60	97	120	217	314,04
3	Øystein Aleksander Skauge, Nidelv IL		JM	77,60	113	135	248	308,22
4	Håkon Eik Litland, AK Bjørgvin		JM	90,20	125	139	264	305,06
5	Aron Sussman, Stavanger VK		JM	66,60	99	117	216	293,53
6	Mats Hofstad, Trondheim AK		UM	66,40	95	120	215	292,68
7	Tiago Mino, AK Bjørgvin		JM	80,90	105	130	235	285,96
8	Kristen Brosvik, AK Bjørgvin		JM	96,80	115	138	253	283,97
9	Vetle Andersen, Larvik AK		JM					283,07
10	Oskar Emil Wavold, Nidelv IL		JM	93,00	113	132	245	279,47

14.4 Junior kvinner

NR	NAVN	KLUBB	KAT	KRV	RYKK	STØT	TOT	SINCL
1	Maren Fikse, Gjøvik AK		JK	74,10	85	101	186	222,87
2	Tiril Boge, AK Bjørgvin		JK	54,40	71	80	151	217,92
3	Julia Jordanger Loen, Breimsbygda IL		UK	58,40	69	84	153	210,42
4	Oda Helene Sunde Svendsen, Jølster IL		JK	60,50	67	76	143	192,18
5	Ronja Lenvik, Hitra VK		UK	52,80	58	72	130	191,73
6	Sandra Nævdal, AK Bjørgvin		UK	48,10	54	64	118	186,67
7	Ida Regine Thorstensen, Tromsø AK		JK	71,00	67	82	149	182,50
8	Silje Johnsrud, Grenland AK		JK	62,20	62	75	137	180,96
9	Ida Regine Thorstensen, Tromsø AK		JK	71,80	65	81	146	177,78
10	Ida Vaka, Tysvær VK		JK	61,60	60	73	133	176,70

14.5 Ungdom gutter

NR	NAVN	KLUBB	KAT	KRV	RYKK	STØT	TOT	SINCL
1	Mats Hofstad, Trondheim AK		UM	66,40	95	120	215	292,68

2	Henrik Reiakvam, Tambarskjelvar IL	UM	70,10	91	111	202	266,07
3	Kristen Røyseth, Tambarskjelvar IL	UM	72,30	89	115	204	263,85
4	Dennis Lauritsen, Larvik AK	UM	89,00	95	120	215	249,94
5	Anders Vik, AK Bjørgvin	UM	83,70	85	108	193	230,91
6	Mathias Aven, Tambarskjelvar IL	UM	77,90	84	100	184	228,25
7	Hans Gunnar Kvadsheim, Vigrestad IK	UM	95,70	88	110	198	223,27
8	Joachim Offman, Tambarskjelvar IL	UM	64,40	74	86	160	222,30
9	Mathias Dale, Breimsbygda IL	UM	106,80	91	106	197	213,54
10	Sander E. Ospevoll, Arendal VK	UM	71,90	74	87	161	208,82

14.6 Ungdom jenter

NR	NAVN	KLUBB	KAT	KRV	RYKK	STØT	TOT	SINCL
1	Julia Jordanger Loen, Breimsbygda IL		UK	58,40	69	84	153	210,42
2	Ronja Lenvik, Hitra VK		UK	52,80	58	72	130	191,73
3	Sandra Nævdal, AK Bjørgvin		UK	48,10	54	64	118	186,67
4	Vår Eik Litland, AK Bjørgvin		UK	71,20	64	74	138	168,78
5	Carmen Grimseth, Tambarskjelvar IL		UK	80,60	65	73	138	158,99
6	Åse Johanne Berge, Hitra VK		UK	53,80	48	61	109	158,62
7	Tine Rognaldsen Pedersen, Tysvær VK		UK	64,00	55	67	122	158,33
8	Emma Reiakvam, Tambarskjelvar IL		UK	49,00	46	54	100	155,96
9	Mariel Morken, AK Bjørgvin		UK	58,70	48	64	112	153,57
10	Mia Mundal, Tønsberg-Kam.		UK	71,00	50	70	120	147,04

14.7 Veteran menn

NR	NAVN	KLUBB	KAT	KRV	RYKK	STØT	TOT	POENG
1	Ronny Matnisdal, Vigrestad IK		M1	76,4	130,0	148,0	278,0	385,33
2	Kenneth Friberg, Oslo AK		M1	90,50	102	135	237	378,81
3	Atle Rønning Kauppinen, Grenland AK		M5	76,90	94	122	216	373,77
4	Bjørnar Olsen, Grenland AK		M5	87,80	103	123	226	372,97
5	Tore Bjørnsen, Stavanger VK		M9	71,60	56	73	129	365,84
6	Jan Nystrøm, Trondheim AK		M9	108,00	69	91	160	365,84
7	Vidar Sæland, Vigrestad IK		M6	86,10	80	113	193	357,16
8	Terje Gulvik, Larvik AK		M5	88,00	97	112	209	356,99
9	Børge Aadland, AK Bjørgvin		M2	100,90	117	156	273	354,82
10	Ronny Fevåg, Trondheim AK		M3	110,30	115	155	270	352,90

14.8 Veteran kvinner

NR	NAVN	KLUBB	KAT	KRV	RYKK	STØT	TOT	POENG
1	Ruth Kasirye, Tønsberg-Kam.		K1	66,50	95	115	210	292,13
2	Marie Mossige Grythe, Spydeberg Atletene		K1	63,60	77	103	180	251,47
3	Oddry Folkestad, Tønsberg-Kam.		K1	63,20	63	85	148	212,12
4	Anne Knarvik, AK Bjørgvin		K1	57,00	52	73	125	193,76
5	Eva Bjørkeng, Tromsø AK		K4	56,80	48	59	107	191,67
6	Siren Loy, AK Bjørgvin		K2	67,60	55	73	128	187,15
7	Ingeborg Endresen, AK Bjørgvin		K1	81,70	65	75	140	179,92
8	Camilla Pedersen, Christiania AK		K1	62,90	52	66	118	173,69
9	Trine Munkvold Lindset, Tambarskjelvar IL		K2	76,80	58	69	127	169,81
10	Line Chatrin Giertsen, Trondheim AK		K1	62,00	48	68	116	168,27

15. RAPPORT FRA SPORTSUTVALGET ÅRET 2019

I 2019 har vi hatt gledelig stor internasjonal deltakelse av norske utøvere. Norge har vært representert på EM senior, VM senior, EM U-23, EM junior, EM U-17, EM U-15 og de tradisjonelle nordiske mesterskapene, samt EM masters og VM masters (mastersmesterskapene omtales i egen rapport). I tillegg har flere utøvere deltatt på andre internasjonale mesterskap, som ledd i kvalifiseringen mot OL. Det skal også tilføyes at klubber og utøvere på eget initiativ har deltatt på øvrige stevner i utlandet, som for eksempel Aalborg Cup.

De ulike internasjonale mesterskapene er gjennom året omtalt på NVF sine nettsider og via sosiale medier. Vi vil likevel ha en kort oppsummering av mesterskapene her.

Seniormesterskapene

EM senior

Norge stilte med en tropp på 6 damer og 1 mann på EM i Georgia.

Først ut blant damene var Sarah H. Øvsthus og Rebekka T. Jacobsen, som begge løftet i A-puljen i 55 kg klassen. Sara ble nr 10 sammenlagt med 179 kg (79 kg i rykk ga en 11. plass og 100 kg i støt ga en 10. plass). Hun var bare 1 kg foran Rebekka som ble nr 12 med 178 kg (78 kg i rykk ga en 13. plass og 100 kg i støt ga en 11. plass). Vektklassen var svært jevn, noe som innebar mye venting – særlig i støt hvor våre jenter dessverre bare fikk åpningsvekten på 100 kg. Begge jentene prøvde 2 ganger hver på 103 kg i støt, som faktisk var det samme som 6. plass i støt.

I 59 kg klassen løftet Sol A. Waaler og Ine D. Andersson i B-gruppen. Sol ble nr 15 sammenlagt med 189 kg (83 kg i rykk ga en 16. plass og 106 kg i støt ga en 13. plass). Ine ble nr 18 sammenlagt med 184 kg (82 kg i rykk ga en 17. plass og 102 kg i støt ga en 18. plass). Også denne vektklassen var svært jevn og med bedre uttelling (jentene fikk bare ett rykk og ett støt godkjent hver), kunne jentene klatret svært mange plasser. Eksempelvis fikk den finske jenten 6 godkjente – med henholdsvis 88 kg i rykk og 108 kg i støt – noe som ga en 9. plass sammenlagt (bare ett kg mer enn hva Sol løftet på NM noen uker før).

I 64 kg klasse var Marit Årdalsbakke plassert i C-gruppen og imponerte med en flott rykkserie på 87 – 90 – 92. Med 92 kg i rykk var norsk rekord og hun var suveren vinner av C-gruppen, samt at hun også slo de fleste i B-gruppen. Til slutt ble det en 11. plass i rykk. I støt fikk hun derimot bare godkjent åpningsløftet på 102 kg som ga en 19. plass. Det ble likevel norsk rekord med 194 kg sammenlagt, som holdt til en 15. plass sammenlagt.

Sist ut av damene var Ruth N. Kasirye som løftet i A-puljen i 71 kg klassen. Marginene var derimot ikke på Ruth sin side denne gangen. Først i tredje rykket fikk hun 93 kg godkjent – kun 3 kg opp til bronsemedaljen. I støt fikk hun underkjent 118 kg, som ville gitt en bronsemedalje. Dermed fikk Ruth 5. plass sammenlagt med 209 kg (93 kg i rykk ga 6. plass og 116 kg i støt ga 5. plass).

Vår eneste mannlige deltaker, Kim Eirik Tollefsen, løftet i B-puljen i +109 kg klassen. Kim Eirik ble nr 15 sammenlagt med 354 kg (155 kg i rykk ga 16. plass og 199 kg i støt ga en 15. plass). Med litt bedre resultat i rykk kunne han ha klatret flere plasser. Hvis han hadde klart sitt forsøk på 161 kg, ville han fått 13. plass.

VM-senior

Norge stilte med en rekordstor VM-tropp på 5 damer og 1 mann i Thailand. Aldri før har Norge hatt så mange damer med på samme VM. Den eneste som manglet fra EM var Ruth N. Kasirye.

55 kg klassen for damer besto av 41 løftere og våre løftere Sarah H. Øvsthus og Rebekka T. Jacobsen var på forhånd plassert i henholdsvis B- og C-puljen. På tross av noe usikkerhet rundt en skade i oppkjøringen til Rebekka, gjorde hun en perfekt rykk-konkurranse med 3 godkjente og 78 kg som best løft (gav til slutt en 31. plass i rykk). I støt fikk hun derimot ikke samme uttelling og ble stående med åpningsvekten på 98 kg (gav til slutt en 28. plass). At det var svært jevnt i støt kan illustreres med at hennes forsøk på 103 kg ville vært likt med det resultatet som gav en 19. plass. Med 176 kg sammenlagt fikk hun en 29. plass. Sarah var på forhånd i veldig god form, men lang ventetid på nærmere 10 minutter mellom første (79 kg) og andre rykk (82 kg) må ta noe av skylden for at bommen i andre løftet, slik at hun «måtte» ta de igjen og fikk 82 kg i sitt siste rykk (noe

som gav en 24. plass i rykk). I støt fikk hun derimot bare åpningsvekten på 100 kg (noe som gav 27. plass) – og dermed 182 kg sammenlagt som innebar en 23. plass.

Begge våre damer i 59 kg klassen, Ine D. Andersson og Sol A. Waaler, løftet i C-puljen som hadde 37 deltakere. Ine gjorde en forrykende rykkserie med 82 – 85 – 87. Norsk rekord i rykk med 87 kg (ga en 20 plass i rykk). I støt fulgte hun opp med 103 kg og 106 kg (19. plass i støt), før det ble bom på 110 kg. Med 110 kg i støt ville hun faktisk ha fått en 15. plass. 193 kg sammenlagt ga til slutt hun en 19. plass. For Sol ble det dessverre ikke like god uttelling. Hun fikk bare åpningsvektene på 82 kg i rykk (26. plass) og 105 kg (21. plass) i støt, noe som gav 21. plass sammenlagt med 187 kg.

I 64 kg løftet Marit Årdalsbakke i D-puljen. Hun hadde ikke dagen og etter tre bom på 87 kg i rykk ble hun stående uten resultat. En revansjesugen Marit klarte likevel å samle seg til støt og fikk 104 kg i støt (gav 35. plass), som var ny bestenotering i 64 kg klassen for henne.

Som på EM var Kim Eirik Tollefsen eneste mannlig deltaker fra Norge på VM. Han løftet i C-puljen i +109 kg klassen. Kim Eirik var i toppform før mesterskapet og det var visse forventninger til deltakelsen hans – noe han innfridde med glans. I rykk åpnet han på 157 kg og deretter fikk han 162 kg (som gav 27. plass og norsk rekord), mens det ble bom på 164 kg. Åpningsvekten i støt ble satt til 200 kg, noe som var lett. Deretter ble det tangering av den ferske norgesrekorden på 205 kg (fra juni) i andre støtet. Selv om det ble bom i siste støt på 208, ble det uansett 367 kg sammenlagt (norsk rekord) som gav 24. plass.

Nordisk seniormesterskap

Norge arrangerte nordiske mesterskap for senior på Vigrestad. NVF kunne i denne sammenheng glede seg over at svært mange som fikk sin seniordebut på landslaget. På forhånd hadde det Nordiske Tyngdlyftningsforbundet fått stevnet inn på IWF-kalenderen som et bronze-level stevne i forhold til kvalifiseringen til OL. Dette bidro til et svært høyt nivå på mesterskapet og at mange av deltakerne prioriterte mesterskapet på tross av at det var noen uker siden de løftet på VM i Thailand.

- Sarah H. Øvsthus ble nordisk mester i 55 kg klassen med 82 kg i rykk og 98 kg i støt. I samme vektklasse debuterte Tiril Boge på seniormesterskap med å ta bronsemedaljen etter 65 kg i rykk og 81 kg (norsk rekord for junior) i støt.
- Sol A. Waaler ble nordisk mester i 55 kg klassen med 81 kg i rykk og 103 kg i støt. I samme vektklasse tok Rebekka T. Jacobsen bronsemedaljen med 78 kg i rykk og 102 kg i støt.
- I 64 kg klassen hadde Norge to løftere som debuterte for Norge på seniornivå. Best ble Marie M. Grythe som vant bronse etter 77 kg i rykk og 103 kg i støt. Lena A. Richter fikk 5 plass etter 75 kg i rykk og 92 kg i støt.
- Det ble en hard medaljekamp mellom de norske i 71 kg klassen. Til slutt vant Melissa Schancke sølvmedaljen med 86 kg i rykk og 103 kg i støt. Ett kg bak, tok Marit Årdalsbakke bronzen på 88 kg i rykk og 100 kg i støt.
- Siste debutant blant damene var Lone E. Kalland som tok bronse i 87 kg klassen. Hun fikk 87 i rykk og 105 i støt.
- Blant mennene debuterte Bendik D. Dalen på seniornivå for Norge med å bli nordisk mester i 67 kg klassen. Han løftet 95 kg i rykk og 117 kg i støt.
- Daniel Roness fikk sølv i 73 kg klasse med 115 kg i rykk og 156 kg i støt (som var norsk rekord i støt).
- I 81 kg klasse debuterte Reza Benerouz på seniornivå for Norge med å ta bronse på 111 kg i rykk og 140 kg i støt.
- Mats Olsen vant sølv i 89 kg klassen med 126 kg i rykk og 168 kg i støt (som var norsk rekord i støt).
- Roy S. Ommedal debuterte på seniornivå for Norge med å ta bronsemedaljen i 96 kg klassen. Seks godkjente løft med 124 i rykk og 159 i støt som beste innebare norske rekorder i rykk, støt og sammenlagt.
- Den siste debutanten Jørgen Kjellevand tok bronzen i 109 kg klassen med 129 i rykk og 164 kg i støt. Dette var norske rekorder i både rykk, støt og sammenlagt.
- Nordisk mester ble også Kim Eirik Tollefsen i +109 kg klassen, med 163 kg i rykk (norsk rekord) og 203 kg i støt. I samme vektklasse debuterte Ragnar Holme på seniornivå med å ta 4. plassen – etter 135 kg i rykk og 170 i støt.

Junior og U23-mesterskapene

EM-junior

Ragnar G. Holme var eneste norske deltaker på EM-junior i 2019 i Romania. Ragnar var i veldig god form før mesterskapet og på konkurransedagen slo han til med 6 godkjente løft. Rykkserien 132 – 137 – 140 (norsk rekord for junior) holdt til 11. plass i rykk. Støtserien 165 – 170 – 175 (norsk rekord i støt) ga 12. plass i støt. En veldig god dag for Ragnar som fikk vist noe av det som bor i ham.

EM U23

Samtidig med EM-junior ble det arrangert EM-U23 i Romania. Her var Rebekka T. Jacobsen eneste norske deltaker. Dette var Rebekka siste U23-mesterskap og etter 4. og 5. plasser på tilsvarende mesterskap i 2018 var det stor spenning knyttet hennes deltakelse. Rebekka hadde hatt en svært travel høst med mange stevner, men viste seg fra sin absolutte beste vektløfterside på stevnet. Rykkserien satt perfekt 76 – 78 – 79 (personlig rekord). I en uhyre jevn konkurranse fikk hun 4. plass i rykk, bare ett kg bak både sølvmedaljen og bronsemedaljen som gikk på 80 kg. I støt gikk Rebekka inn på 100 kg – en vekt som hun satte lett. Deretter støtet hun 103 kg som innebar at hun tok ledelse i støtkonkurransen når alle løfterne hadde startet sin konkurranse. Etter at de øvrige medaljekandidatene valgte 104 kg, ble 105 kg valgt i tredje og siste forsøk. Rebekka støtet også denne vekten og satte dermed ny norsk og nordisk rekord. Dette holdt til bronse i støt (bak jenta fra Storbritannia som støtet 107 kg og den ukrainske jenta som støtet 106 kg) og bronse sammenlagt. Rebekka T. Jacobsen er dermed historisk, ettersom hun er den første norske utøveren som har tatt medalje både på EM junior og EM U23 (kun Sarah H. Øvsthus har tatt medalje tidligere på EM U23 med bronse i rykk i 2016).

Nordisk mesterskap for junior

I 2019 ble nordisk mesterskap for (ungdom) og junior arrangert i Sundsvall. Norge stilte med 1 jente og 5 gutter.

- Enslig norske deltaker blant jentene var Tiril Boge. Tiril fikk sølv i 55 kg klassen med 67 kg i rykk og 77 kg i støt
- Blant gutta åpnet Marcus Bratli med å bli nordisk mester i 61 kg klassen med norske rekorder for junior og senior på 96 i rykk (også nordisk rekord) og norsk rekord for junior i støt med 112 kg.
- Nordisk mester ble også Aron Süßman i 67 kg klassen med norske rekorder for junior – 99 kg i rykk og 117 i støt.
- I 96 kg klassen hadde Norge to deltakere. Håkon E. Litland tok bronse med 125 kg i rykk (norsk rekord for junior og senior) og 139 kg i rykk (norske rekord for junior). Etter 120 i rykk ble Oskar E. Wavold stående uten resultat i støt.
- Ragnar Holme ble nordisk mester med 145 kg i rykk og 180 kg i støt. Det var norske og nordiske rekorder over hele linja.

Ungdomsmesterskapene

Nordiske mesterskap for ungdom

I 2019 ble nordisk mesterskap for ungdom (og junior) arrangert i Sundsvall. Norge stilte med 3 jenter og 3 gutter.

- I 49 kg klassen tok Sandra Nævdal sølv med 52 kg i rykk og 61 kg i støt. Det var norske rekorder i rykk og sammenlagt for ungdom.
- Ronja Lenvik tok bronse med 51 kg i rykk og 66 kg i støt 55 kg klassen.
- Julia J. Loen ble nordisk mester i 59 kg klassen med 69 kg i rykk og 80 kg i støt.
- Vi fikk også en nordisk mester blant guttene. Mats Hofstad vant 67 kg klassen med 95 kg i rykk og 120 kg i støt. Det var norske rekorder for ungdom i rykk, støt og sammenlagt – samt for junior i støt.
- De to siste norske utøverne var Kristen Røyseth og Henrik Reiakvam i 73 kg klassen. Kristen tok sølvet med 88 kg i rykk og 115 kg i støt, mens Henrik Reiakvam tok bronzen 85 kg i rykk og 108 kg i støt.

EM U15

For første gang stilte Norge med deltakere på EM U15 i 2019. Mesterskapet ble holdt samtidig med EM17 i Israel. Norge stilte med 3 jenter og 2 gutter på mesterskapet.

- Sandra Nævdal i 49 kg klassen var først ut av de norske utøverne. Hun fikk 50 kg i rykk (12. plass i rykk) og 62 kg i støt (10. plass i støt) – 112 kg sammenlagt og 12. plass.
- Ronja Lenvik løftet i 55 kg klassen. Hun fikk 55 i rykk (17. plass) og 70 kg i støt (18. plass) – 125 kg sammenlagt og 17. plass. Det var norsk rekord i støt og sammenlagt for ungdom.

- Carmen Grimseth var siste norske deltaker ut i U15 mesterskapet i 2019 i 81 kg klassen. Hun fikk 65 kg i rykk og 73 kg i støt.
- De norske guttene løftet begge i 73 kg klassen. Både Henrik Reiakvam og Kristen Røyseth fikk 89 kg i rykk. Ettersom Henrik løftet vekten først fikk han 10. plass og Kristen fikk 12. plass i rykk. I støt var derimot Kristen best av de norske med 116 kg (9. plass) og Henrik fikk 109 kg (11. plass). Sammenlagt fikk dermed Kristen 205 kg (10. plass) og Henrik 198 kg (11. plass).

EM U17

I 2019 ble EM U17 arrangert i Israel. Norge stilte med 1 jente og 1 gutt på mesterskapet.

- I 59 kg klassen løftet Julia J. Loen. Hun fikk 69 kg i rykk (14. plass) og 84 kg i støt (16. plass). Hun fikk dermed 153 kg sammenlagt (norske rekord for ungdom og junior sammenlagt) som ga 16. plass.
- Mats Hofstad løftet i 67 kg klassen. Han fikk 92 i rykk (13.plass) og 115 kg i støt (13. i støt). Det ble 207 kg sammenlagt som også var 13. plass.

Øvrige internasjonale stevner

Eleiko Grand Prix

Det deltok 3 norske utøvere på Eleiko Women Grand Prix.

- Rebekka T. Jacobsen vant 55 kg klassen med 78 kg i rykk og 100 kg i støt.
- Frida R. Nilsen vant 64 kg klassen med 77 kg i rykk og 102 kg i støt.
- Lone E. Kalland vant 87 kg klassen med 85 kg i rykk og 113 kg i støt.

Ramadan Weightlifting Championship

Det deltok 1 norsk utøver på Ramadan Weightlifting Championship. Marit Årdalsbakke vant 71 kg klassen med 88 kg i rykk og 109 kg i støt.

German Weightlifting Open

Det deltok 1 norsk utøver på German Weightlifting Open. Julie Klæboe fikk 6. plass i 71 kg klassen med 60 kg rykk og 73 kg i støt.

Cup of Blue Swords

Det deltok 1 norsk utøver på Cup of Blue Swords i Meissen. Stevnet var et OL-kvalifiseringsstevne (bronze-level). Rebekka T. Jacobsen fikk 4. plass med 70 kg i rykk og 90 kg i støt.

British Open

Det deltok 3 norske utøvere i British Open i Coventry (2 damer og 1 mann). Stevnet var et OL-kvalifiseringsstevne (bronze-level).

- Sarah H. Øvsthus vant 55 kg klassen med 83 kg i rykk og 102 kg i støt. Dette var norsk og nordisk rekord i rykk og sammenlagt.
- Sol A. Waaler vant 59 kg klassen med 82 kg i rykk og 105 kg i støt.

Aalborg Cup

Det deltok

- Ranhild H. Lillegård, 2. plass i 59 kg klassen, 64 kg i rykk og 82 kg i støt.
- Vibeke Carlsen, 6. plass i 59 kg klassen, 60 kg i rykk og 78 kg i støt.
- Isabell Thorberg, 9. plass i 59 kg klassen 50 kg i rykk og 61 kg i støt.
- Emma Hald, 2. plass i 64 kg klassen, 74 kg i rykk og 85 kg i støt.
- Evelina Galaibo, 9. plass i 64 kg klassen, 46 kg i rykk og 56 kg i støt.
- Melissa Schancke, 2. plass i 76 kg klassen, 89 kg i rykk og 101 kg i støt
- Lone Kalland, 2. plass i +87 kg klassen, 91 kg i rykk og 112 kg i støt
- Charlotte Martinsen, 7. plass i +87 kg klassen, 47 kg i rykk og 64 kg i støt
- Jeanette Gulliksrud, 8. plass i +87 kg klassen, 37 kg i rykk og 51 kg i støt.
- Trygve Stenrud Nilsen, 3. plass i 73 kg klassen, 86 kg i rykk og 100 kg i støt.
- Mats Olsen, 1. plass i 89 kg klassen, 128 kg i rykk og 167 kg i støt.
- Lars Espedal, 4.plass, 106 kg i rykk og 131 kg i støt.
- Eivind Kleven Hagen, 6. plass 105 kg i rykk og 125 kg i støt.
- Daniel Solberg, uplassert i 89 kg klassen (ikke resultat i rykk) og 116 kg i støt.

- Kenneth Friberg, 6. plass i 96 kg klassen, 95 kg i rykk og 126 kg i støt.
- Geir Hestmann, 5. plass i 102 kg klassen, 90 kg i rykk og 110 kg i støt.
- Cornelius Wiedsvang, 5. plass i 109 kg klassen, 62 kg i rykk og 78 kg i støt.
- Kim Eirik Tollefsen, 1. plass i +109 kg klassen, 162 kg i rykk og 201 kg i støt.

Bundesliga

Sol A. Waaler ble i sesongen 2018-2019 den første norske utøveren til å løfte i bundesligaen (verdens beste lagserie som er åpne for utlendinger) for Obrigheim. Av stevnene i 2019 har NVF registrert at hun deltok i lagserien i februar hvor hun gjorde 81 kg i rykk og 107 kg i støt.

Championnat de France des Clubs

I sesongen 2018-2019 deltok Børge Aadland i den franske lagserien for VGA St. Maur. Videre har Tiril Boge, Kim Eirik Tollefsen og Børge Aadland konkurrert i den franske lagserien 2019-2020 for VGA St. Maur. NVF har registret følgende stevner i løpet av 2019:

- Februar – Børge Aadland, 116 kg i rykk og 155 kg i støt (i 102 kg klassen).
- 2. November – Tiril Boge, 67 kg i rykk og 83 kg i støt (norsk rekord i støt for junior i 55 kg klassen)
- 2. November – Børge Aadland, 114 kg i rykk og 155 kg i støt (i 109 kg klassen)
- 23. November – Kim Eirik Tollefsen, 155 kg i rykk og 200 kg i støt (i +109 kg klassen)
- 14. Desember – Tiril Boge, 66 kg i rykk og 77 kg i støt (i 55 kg klassen)
- 14. Desember – Kim Eirik Tollefsen, 160 i rykk (ikke godkjent støt) (i +109 kg klassen)

Leder sportsutvalget Børge Aadland

16. Årsrapport fra anleggsutvalget:

I samarbeid med kulturdepartementet har anleggsutvalget i 2019 arbeidet med å ferdigstille en styrkeroms veileder. Veilederen ligger nå hos departementet for uttalelse. Når vi får den tilbake fra departementet vil den bli sendt til klubbene for uttalelse.

Arbeidet med å utvide samarbeidet med GIA/SIAT. Dette med tanke på at det kan linkes fra NVF nettside til GIA/SIAT sin nettside for å hente relevant informasjon om planlegging og byggeprosesser. I tillegg kan også styrkeroms veilederen legges på GIA/SIAT sine sider når den blir ferdigstilt.

Har også arbeidet med kartlegging av treningsfasilitetene til vektløfter klubbene i Norge. Dette for å få en oversikt, samt fange opp eventuelle forbildeanlegg. Har her fått tilbakemelding fra 16 klubber.

Har i samarbeid med Larvik AK. fått lagt inn deres treningsfasiliteter som forbildeanlegg på nettsiden til GIA/SIAT. Det arbeides også for å få lagt inn Vigrestad IK. og Tambarskjelvar IL. sine treningsfasiliteter som forbildeanlegg.

17. RAPPORT FRA VETERAN AKTIVITETEN 2019.

Selv om NM på Vigrestad i mai bare samlet 8 kvinner og 22 menn, så kan vi registrere en fortsatt stor fremgang for veteranløftingen sett året under ett og da spesielt på kvinnesiden. Oddry Folkestad ble beste kvinne i NM med 212 veteranpoeng, foran Eva Bjørkeng med 192 poeng og Anne Knarvik med 172 poeng.

Beste herreløfter ble Ronny Matnisdal med 365 poeng, foran Terje Gulvik med 357 poeng og Geir Hestmann med 352 poeng. Det ble satt 17 norske rekorder i mesterskapet.

Norge stilte med 13 deltakere, 10 herrer og 3 damer, under EM i Rovaniemi 12. – 19. juni. De hentet hjem hele 6 gull, 1 sølv og 3 bronsemedaljer. Europamestrene ble:

Kolbjørn Bjerkholt, Larvik AK i M75/109 kg,
Jan Nystrøm, Trondheim AK i M75/+109 kg,
Egon Vee-Haugen, Grenland AK i M65/81 kg,
Geir Hestmann Oslo AK i M60/96 kg,
Margit Skjervheim, AK Bjørgvin i K55/87 kg
Ingeborg Endresen, AK Bjørgvin i K35/87 kg.

Margit Skjervheim satte like godt nye europarekorder i støt og sammenlagt i sin internasjonale debut. Jan Nystrøm satte nye verdensrekorder i rykk, støt og sammenlagt.

Under VM i Montreaal 16.-26. august stilte Norge med 4 menn og 2 kvinner. De hentet hjem 3 gull og 2 bronsemedaljer.

Verdensmestrene ble:

Geir Hestmann, Oslo AK i M60/96 kg,
Ronny Matnisdal, Vigrestad IK i M40/73 kg og
Marie Mossige Grythe, Spydeberg Atletene i K35/71 kg.

Marie satte nye europarekorder i rykk, støt og sammenlagt i sin internasjonale debut.

Grenland AK stakk av med et nytt lagmesterskap med 1012 poeng, foran Larvik med 975 poeng og Spydeberg med 920 poeng. Individuelt ble Atle Rønning best med 374 poeng tett fulgt av klubbkameraten Bjørnar Olsen med 373 poeng

Jan Nystrøm

18. RAPPORT FRA REGIONENES AKTIVITET 2019

18.1 Aktivitetsrapport 2019 – Nordenfjelsk Vektløfterregion

2019 ble nok et sportslig godt år for regionen både med tanke på topp og bredde. Vi har fått oppstart av en ny klubb i Trondheim, og det har ellers vært en god vekst i de nordlige klubbene i regionen.

Under regionssamlingen tidlig i 2019 var Tromsø AK representert for første gang i historien, med juniorløfter Ida Regine Thorstensen. Regionslaget hadde fire gode økter sammen gjennomført i Nidelv ILs lokaler på Tempe. I tillegg til regionssamlinger har det også vært to andre treningssamlinger i regionen i 2019. I mai hadde vi workshop med Arkadiusz Michalski, arrangert av Nidelv IL. Her ble det arrangert to økter, en med fokus på rykk og en med fokus på støt. Workshopen var populær og hadde deltagere fra både Trondheim AK, Nidelv IL og Hitra VK. I desember fikk vi gleden av å ha treningssamlinger med Zygmunt Smalcerz, og også her var oppslutningen stor.

Kursvirksomhet

På kursfronten har det vært et travelt år med kurs mange steder i regionen. I februar ble det avholdt dommerkurs i Alta AK og i Bodø AK. Det siste kurset ble avsluttet med et stevne med hele 12 deltagere, så det er tydelig at klubbene nord for Trøndelag er i vekst. I november ble det også avholdt to dommerkurs, et i Namsos og et i Trondheim. I tillegg til dommerkursene er det blitt avholdt et trener 1 kurs i Tromsø i august, og et trener 1 kurs i Trondheim i november.

Stevnevirksomhet

Landsdelsmesterskap («LM Nordenfjeldsk»), regionalt mesterskap (RM) i 5-kamp og RM arrangeres hvert år etter turnusordning blant de aktive klubbene. På landsdelsmesterskapet i januar var det i 2019 53 deltagere, noe som er en nedgang fra året før, da det var 66 deltagere. Nytt av 2019 var at deltagere fra Tromsø AK deltok for første gang. På RM 5-kamp i juni var det kun 17 utøvere som deltok, noe som er en nedgang fra året før der det var 28 deltagere. På RM i oktober var det 59 deltagere, noe som var litt flere enn året før og Nidelv Cup hadde også en god deltagelse med 20 utøvere.

Internasjonale deltagelser

På internasjonalt nivå gjorde Sol Anette Waaler det sterkt også i 2019. I tillegg til å løfte for TAK i Norge, har hun denne sesongen løftet på laget Obrigheimer Gewichtheber i Tyskland. På første stevne gjorde Sol 81 kg i rykk og 107 kg i støt. Obrigheim vant med 0,6 poeng, og det var med andre ord en meget spennende konkurranse. Laget hennes vant gruppe A i førstedivisjon og kom på en sterk 3. plass i finalen, bare 0,12 poeng bak 2. plassen. Sol har i tillegg deltatt på en rekke andre internasjonale mesterskap, både i Norge og utlandet. Hun har også deltatt på EM og VM i løpet av 2019.

På ungdoms- og juniornivå har vi også flinke utøvere i internasjonale konkurranser. På Nordisk mesterskap for ungdom og junior, arrangert i Sundsvall, deltok tre ungdommer fra regionen; Ronja Lenvik fra Hitra Vektløfterklubb, Mats Hofstad, fra Trondheim Atletklubb og Oskar Emil Wavold fra Nidelv Idrettslag. Geir Amund Svan Hasle fra Nidelv IL var med som trener. Regionen var også representert under EM u15 og u17 der Mats Hofstad og Ronja Lenvik deltok. På veteransiden har vi også gjort det bra, og under EM masters i klasse M75 +109 kg dro Jan Nystrøm like godt til med både gull og verdensrekorder. Rykkene på både 67 kg og 70 kg var nye verdensrekorder i klassen. Det samme var 87 kg i støt og 157 kg sammenlagt. I tillegg ble det siste støtet på 90 kg underkjent med 2-1.

Nasjonale plasseringer

På hjemmebane og nasjonalt nivå har regionens utøvere også hatt et godt år. Under NM ungdom kapret Ronja Lenvik gullmedaljen, og Åse Johanne Berge fikk sølv i klasse –55 kg, begge fra Hitra VK. Blant guttene gjorde Nidels gutter det formidabelt. Magnus Børø Sund og Lasse Bye vant gullmedalje i hver sin klasse. I tillegg fikk Eivind Balstad sølv i sin klasse, og William Hjelde Stormoen bronse. Guttene fra Hitra VK gjorde det også veldig bra. Rasmus Aune fikk sølv i sin klasse, og Fredrik Mellemsæther fikk bronse. Fra Trondheim Atletklubb gjorde Mats Hofstad en fantastisk innsats og fikk både gull i sin klasse og best poengsum totalt.

Under NM junior vant Ronja Lenvik gullet i klasse –49 kg, og Åse Johanne Berge tok sølv i klasse –55 kg. I klasse –71 kg vant Ida Regine Thorstensen fra Tromsø AK gull. Blant guttene vant Øystein Alexander Skaug gull og Remy Aune sølv i klasse –81 kg.

På NM senior i klasse –59 kg tok den alltid enestående Sol Anette Waaler fra Trondheim AK gull med årsbeste resultat på 86-109 og ble nest best på poeng, bare noen desimaler etter Ruth Kasirye. Elisabeth Settem fikk bronse i klasse –71 kg. På herresiden vant Håvard Grostad fra Nidelv IL gull i klasse –89 kg. Junioren Øystein Alexander Skaug slo også til med et fint resultat og femte plass i klasse –81 kg, så her har vi nok flere gode resultater i vente i årene som kommer!

Under NM veteran var Oddry Folkestad suveren og vant gull med det pene resultatet 63/85 i en serie med 6/6 godkjente løft.

Under NM lag tok junior menn fra Hitra VK sølv. På laget var Mikal Akset, Stefan Paulsen, Kim Alexander Kværnø og Remy Aune. For ungdom gutter tok Nidelv IL sølv med laget Eivind Balstad, Magnus Børø Sund, William Hjelde Stormoen og Lasse Bye.

Sluttord

Vi vil takke for nok et godt sportslig år for regionen. Det er tydelig at de nordlige klubbene i regionen vokser, og forhåpentligvis vil antallet stevner arrangert i både Tromsø AK, Alta AK og Bodø AK øke i året som kommer. I Trondheim har vi også fått en nyoppstartet klubb, Leangen Atletklubb. Denne klubben vil forhåpentligvis kunne rekruttere medlemmer fra Crossfitmiljøet og være et godt tilskudd på de regionale stevnene.

18.2 Nord-Vestlandet vektløfterregion

18.3 Sør-Vestlandet vektløfterregion

18.4 Telemark, Buskerud, Vestfold vektløfterregion

18.5 Østlandet vektløfterregion

19. UTDANNING 2019

19.1 Dommerkurs:

19.1.1 Dommerkurs kurs 1, 12-13-januar, Gjøvik, Østlandet vektløfterregion
Instruktør Nicolai Roness

Grønland, Robert	Elverum Atletklubb -	F
Grønland, Hege Engebakken	Elverum Atletklubb -	F
Rosenberg, Michael	Elverum Atletklubb	F
Knarvik, Anne Mari	AK Bjørgvin	F

19.1.2 Dommerkurs kurs 2, 09–10 februar Elverum, Østlandet Vektløfterregion
Instruktør Nicolai Roness

Eggum, Edvard Grue	Elverum Atletklubb -	F
Jacobsen, Sara Dårstad	Elverum Atletklubb -	R
Syversen, Silje Solbakken	Elverum Atletklubb	F
Lund, John	National -	F
Werner, Emilie Høgli	Elverum Atletklubb -	R
Nysted, Camilla Nesvik	Elverum Atletklubb -	F
Krefting, Hans-Robert Høgbrenna	Spydeberg Atletene	F

19.1.3 Dommerkurs kurs 3, 11-13 januar, Alta, Nordenfjeldske vektløfterregion
Instruktør Tryggve Duun

Kaur, Amrita	Alta AK	F
Hoel Andersen, Daniel	Alta AK	F
Danielsen, Fredrik	Alta AK	F
Opgård, Bjørn Erik	Alta AK	F
Eriksen, Ståle	Alta AK	F

19.1.4 Dommerkurs kurs 4, 2–3 februar, Bodø, Nordenfjeldske vektløfterregion
Instruktør Tryggve Duun

Kanstad, Ørjan Halvorsen	Trondheim AK	F
Syversen, Linda	Trondheim AK	F
Lind, Rune	Trondheim AK	F
Källstrøm, Victor	Trondheim AK	F
Magnussen, Kim	Trondheim AK	F
Einvik, Silje	Trondheim AK	F
Hulthin, Jenny	Trondheim AK	F
Altmann, Marte	Trondheim AK	R

19.1.5 Dommerkurs kurs 5, 16–17 februar, Vigrestad, Sør-Vestlandet vektløfterregion
Instruktør Tor Steinar Herikstad

Sziget, Juraj	Hillevåg AK	F
Klinkenberg, Dag Amund	Hillevåg AK	F
Monsen, Jorun Meling	Hillevåg AK	F
Süssmann, Aron	Stavanger VK	F
Kvadsheim, Hans Gunnar	Vigrestad IK	F
Gravdal, Tord	Vigrestad IK	F
Boltfjord Moe, Kim Helge	Vigrestad IK	F
Jellestad, Erika	Vigrestad IK	F
Undheim, Silje	Vigrestad IK	F

19.1.6 Dommerkurs kurs 6, 15–16 mars, Vigrestad, Sør-Vestlandet vektløfterregion
Instruktør Tor Steinar Herikstad

Dalen, Bendik Drangsholt	Kvadraturen VK	F
Boye, Jon Harald Maurstad	Arendal SV	F
Boye, Helena	Arendal SK	F
Tvedt, Lisa	Kvadraturen VK	F
Hansen, Dagmar	Kvadraturen VK	F

Jørgensen, Mathias L. Kvadraturen VK F

19.1.7 Dommerkurs kurs 7, 6–7 september, Bergen, Sør-Vestlandet vektløfterregion
Instruktør Reidar C. Johnssen

Loy, Siren	AK Bjørgvin	F
Enger, Mathilde Loy	AK Bjørgvin	F
Enger, Fredrik André	AK Bjørgvin	F
Endresen Ingeborg Marie	AK Bjørgvin	F
Soto Peterson Andreas	AK Bjørgvin	F

19.1.8 Dommerkurs kurs 8, 8–10 november, Gjøvik, Østlandet vektløfterregion
Instruktør Nicolai Roness

Sveum, Paal Børre	Gjøvik Atletklubb	F
Talmo, Ina Kristine	Elverum Atletklubb	F
Fjærli, Asta Rønning	Oslo Atletklubb	F
Naemi, Pooya	Elverum Atletklubb	R

19.1.9 Dommerkurs kurs 9, 15–17 november, Namsos, Nordenfjeldske vektløfterregion
Instruktør Tryggve Duun

Uthaug, Helene Relevo	Trondheim Atletklubb	F
Winnberg, Sverre	Namsos Vektløfterklubb	F
Wågan, William	Namsos Vektløfterklubb	F
Johnsen, Stein Gunnar	Namsos Vektløfterklubb	F
Hepsø, Leif Jakob	Namsos Vektløfterklubb	repetisjon

19.1.10 Dommerkurs kurs 10, 10–16 desember, Trondheim, Nordenfjeldske vektløfterregion
Instruktør Tryggve Duun

Petersen Wiig, Øyvind	Trondheim Atletklubb	F
Bjerkan, Leif Arne	Nidelv IL	F
Skaug, Sverre	Nidelv IL	F
Balstad, Stein Olav	Nidelv IL	F

19.2 Trener I:

Det har blitt arrangert minst 1 komplett Trener I i alle regionene, noen med flere.
Totalt arrangerte 5 kurs som har vært grunnlaget for post III støtte.

19.3 Instruktørutviklingskurs

Klubbene har også flittig gjennomført instruktørutviklingskurs. Til sammen 11 instruktørutviklingskurs har blitt arrangert.

19.4 Trener II:

Trener II fikk sin oppstart rett før sommeren med første samling på Olympiatoppen første helgen i juni. Deretter ble det to kurshelger på samme sted høsten 2019.

Navn	Representerer	31/5-2/06	20-22/09	15- 7/11
Grønland, Robert	Elverum AT	X	X	X
Kjeldner, Andres Mauricio	Spydeberg AT	X	X	X
Källström, Victor Tobias	Trondheim AT	X	X	X
Lundberg, Eva Grøndahl	Spydeberg AT	X	X	X
Jacobsen, Rebekka Tao	Larvik AT	X	-	X-
Frøyd, Jostein	Larvik AT	X	X	X

Lysenstøen, Christian	Spydeberg AT	X	X	X
Gyllensten, Fredrik Kvist	Christiania AT	X	X	X
Dalen, Bendik Drangsholt	Kvadraturen VK	X	X	X
Grimseth, Stian	Tambarskjelvar IL	X	-	X
Furevik, Bent Anders	Lørenskog AK	X	X	X

19.5 NIF Veilederutdanning 2019-2020

Lars Espedal, AK Bjørgvin responderte på søknaden fra NIF vedr veilederutdanning 2010 /2019. Dette resulterte i at han ble tatt opp til NIFs veilederutdanning 2019 – 2020.

Deltakerne i utdanningen vil tilføres kompetanse og forutsetninger for å jobbe med utvikling av idrettslag som er tilsluttet særforbund og idrettskretser. Veilederutdanningen har fokus på utvikling av idrettslag. Utviklingsprinsippene, metodene og verktøyene kan også benyttes i andre deler av organisasjonen.

Målgrupper.

Utdanningen består av to programmer:

1. Utdanning for veiledere. Alle samlinger gjennomføres i Oslo-området.
2. Program for fagansvarlige kontaktpersoner i særforbund og idrettskretser. Programmet er obligatorisk for alle som utdanner veiledere. Ved søknad om veiledere melder SF/IK seg automatisk på til programmet for fagansvarlige kontaktpersoner.

Møter 2019:

- | | |
|-------------------|---|
| 5. september | Samling fagansatte i SF del 1. Arne Grostad. |
| 20.-22. september | Samling 1 veiledere. Kandidat Lars Espedal, AK Bjørgvin |

Kurset avsluttes våren 2020.

20. ÅRSRAPPORT FRA TEKNISK UTVALG 2019

Teknisk utvalg har bestått av:

- Tryggve Duun, Trondheim Atletklubb (medlem NVFs styre) leder.
- Hilde Næss og, Lørenskog AK
- Johan Thonerud, Spydeberg Atletene
- Tor Steinar Herikstad, Vigrestad IK
- Ingeborg Endresen, AK Bjørgvin

Utvalgets oppgaver i 2019 har blant annet å tilpasse NVFs lov og reglement ift NIFs lovnorm som ble vedtatt ved Idrettstinget i mai på Lillehammer.

Dessuten ble der utarbeidet nye krav til både kvalifisering til de forskjellige NM samt å innsette standarder for norske rekorder.

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.

Internasjonale oppdrag.

Teknisk utvalg valgte ut dommere til de forskjellige mesterskapene ut fra et hensiktsmessig synspunkt og ift både økonomi og nærhet. Således har ikke rulleringslisten vært i bruk dette året. Ved vurdering av uttak til EM og VM er det 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. Det vises til egen oversikt over representasjon for dommere.

20.1 Internasjonale dommere, Technical Official (TO).

Internasjonale oppdrag.

Teknisk utvalg vurderer 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. Det vises til egen oversikt over representasjon for dommere.

For dommere som har dømt lite eller ingenting har ikke styret funnet å ville fornye lisensen.

20.2 Internasjonale dommere

Pr. 31.12.2019 har NVF følgende TO.

20.2.1 Med lisens:

Tryggve Duun	Trondheim AK	TO I
Larisa Izumrudova	Vigrestad IK	TO I
Trond Kvilhaug	Nidelv IL	TO I
Hilde Næss	Lørenskog AK	TO II
Kira Ingelsrudøyen	Larvik AK	TO II
Arne Grostad	Nidelv IL	TO II
Sigvald Monsen	Hafersfjord 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

20.2.2 Uten lisens:

Reidar C. Johnsen	AK Bjørgvin	TO I
Per Marstad	Tønsberg-Kameratene	TO I
Gunnar Reiakvam	Tambarskjelvar IL	TO II
Johanna Wåsjo	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

20.3 Dommerinstruktører.

Sør-Vestlandet	Tor Steinar Herikstad
Nord-Vestlandet	Reidar C. Johnsen, avslutte ila 2019. Yngve Apneseth
Østlandet	Eirik Mølmsaug, Nicolai Roness
Telemark-Vestfold-Buskerud	
Nordenfjeldske	Tryggve Duun

Mangeårige dommerinstruktør Reidar C. Johnsen AK Bjørgvin meldt på slutten av året at han fant tiden inne til å slutte. NVF er svært takknemlig for den jobben Reidar har gjort helt fra tidlig 1970 årene.

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

20.4 Mistet dommerkortet i 2019:

Bjaaland, Espen	Gjøvik AK
Nedrebø, Sigve	Vigrestad IK

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.

20.5 Et utvalg av de som dømte flest stevner i 2019.

Rank	Navn	Klubb	Kat	2015	2016	2017	2018	2019
1	Olsen Bjørn Thore, Spydeberg Atletene		F	9	14	11	14	26
2	Thonerud Johan, Spydeberg Atletene		F	23	15	15	30	23
3	Lysenstøen, Christian, Spydeberg Atletene		F	15	16	12	21	22
4	Bergheim Ola Breimsbygda IL		F	15	15	23	27	21
5	Duun Tryggve, Trondheim AK		Int. I	21	17	18	19	19
6	Kvilhaug Trond, Nidelv IL		Int. II	18	24	20	19	18
7	Aas Ole Martin, National		R	15	17	8	15	16
8	Lundberg Eva Grøndahl, Spydeberg Atletene		F	*	*	2	20	14
9	Herikstad Tor Steinar, Vigrestad IK		Int II	10	6	13	14	14
10	Reiakvam Annette I Veien, Tambarskjelvar IL		F				1	13
11	Hagenes Hans Bjørnar, Vigrestad IK		F	8	4	9	9	13
12	Forberg Malin Alise, AK Bjørgvin		F	*	*	1	8	13
13	Wold Bjørnar, Spydeberg Atletene		F	6	3	1	8	12
14	Süssmann Aron, Stavanger		F	*	*	*	*	12
15	Solli Jan Robert, Tønsberg-Kam.		F	8	7	4	9	12
16	Marstad Per, Tønsberg-Kam		Int. I	14	18	15	16	12
17	Sårheim Vilde, Breimsbygda IL		F	*	0	10	15	11
18	Kvame Steinar, Tambarskjelvar		Int. II	10	2	6	2	11
19	Sandvik Johnny, AK Bjørgvin		Int. II	14	11	9	7	10
20	Næss Hilde, Lørenskog AK		Int. II	4	6	18	15	10
21	Nystrøm Jan, Trondheim AK		Int. II	14	14	17	11	10
22	Lie Bjørn, Namsos VK		R	5	8	7	9	10
23	Hepsø Leif, Namsos VK		F	7	7	8	8	10
24	Grostad Arne, Nidelv IL		Int. II	13	10	11	10	10
25	Dale Mathias, Breimsbygda IL		F	*	*	*	21	0
26	Aas Leik Simon, National		F	*	*	*	7	9
27	Villund Knut Magnus, Oslo AK		R	*	*	4	3	9
28	Thorberg Isabell, Tønsberg-Kam.		F	*	*	3	6	9
29	Solbakken Kristin, Nidelv IL		F	*	4	5	7	9
30	Skaugerud Bjørn Gunnar, Gjøvik AK		F	5	8	11	11	9
31	Olsen Johnny R., Grenland AK		F		3	11	10	9
32	Minge Richard, National		R	*	*	*	2	9
33	Øvsthus Sarah Hovden, AK Bjørgvin		F		3	6	7	8
34	Tveter, Arne, Lenja AK		F	*	*	6	6	8
35	Revheim Roy Andersen, Tysvær IK		F	0	0	5	3	8
36	Nilsen Trygve Stenrud, Oslo AK		F	*	*	*	5	8
37	Mølmshaug Eirik, Lørenskog AK		F	*	*	8	11	8
38	Moldestad Robert Andre, Breimsbygda IL		F	13	12	14	16	8
39	Kværnø Ivar, Hitra VK		R	1	5	10	6	8
40	Kristiansen Ruben Wåge, Tromsø AK		F	*	1	1	0	8
41	Kasirye Ruth Tønsberg-Kam.		F	10	5	2	2	8
42	Johnsen Reidar C., AK Bjørgvin		Int. I	15	15	15	8	8

21. STYRETS BERETNING 2019

21.1 Styremøter 2019:

Styremøte 1: Torsdag 10. januar, Radisson Blu,,Gardermoen

Styret: President Hilde Næss
Visepresident Tryggve Duun
Styremedlem Børge Aadland
Styremedlem Katarina Hoff (forfall)
Styremedlem Fredrik Kvist Gyllensten (forfall)
Styremedlem Steinar Herikstad
Varamedlem Asta Fjærli Rønning

Ansatte: Generalsekretær Arne Grostad
Sportssjef Jarleif Amdal
Utdanningskonsulent Tiril Tøien

Styremøte 2: Lørdag 23 februar, Radisson Blu Værnes

Styret: President Hilde Næss
Visepresident Tryggve Duun
Styremedlem Børge Aadland
Styremedlem Katarina Hoff
Styremedlem Fredrik Kvist Gyllensten (forfall)
Styremedlem Steinar Herikstad
Varamedlem Asta Fjærli Rønning (forfall)

Ansatte: Generalsekretær Arne Grostad
Sportssjef Jarleif Amdal (forfall)
Utdanningskonsulent Tiril Tøien

Styremøte 3: Søndag 28 april Skype møte

Styret: President Stian Grimseth
Visepresident Børge Aadland
Styremedlem Tryggve Duun
Styremedlem Asta Fjærli Rønning
Styremedlem Randi Schei
Varamedlem Kristin Solbakken
Varamedlem Kjell Olav Lundberg

Ansatte: Generalsekretær Arne Grostad
Sportssjef Jarleif Amdal, deler av møtet.
Utdanningskonsulent Tiril Tøien, deler av møtet.

Styremøte 4: Fredag 14 juni Skypemøte

Styret: President Stian Grimseth
Visepresident Børge Aadland
Styremedlem Tryggve Duun
Styremedlem Asta Fjærli Rønning
Styremedlem Randi Schei
Varamedlem Kristin Solbakken
Varamedlem Kjell Olav Lundberg

Ansatte: Generalsekretær Arne Grostad
Sportssjef Jarleif Amdal (forfall)

Utdanningskonsulent Tiril Tøien

Styremøte 5: Onsdag 14 august, Skypemøte

Styret: President Stian Grimseth
 Visepresident Børge Aadland
 Styremedlem Tryggve Duun
 Styremedlem Asta Fjærli Rønning
 Styremedlem Randi Schei (forfall)
 Varamedlem Kristin Solbakken
 Varamedlem Kjell Olav Lundberg

Ansatte: Generalsekretær Arne Grostad
 Sportssjef Jarleif Amdal (forfall)

Styremøte 6: Fredag 11 oktober, Jæren Hotell

Styret: President Stian Grimseth
 Visepresident Børge Aadland
 Styremedlem Tryggve Duun
 Styremedlem Asta Fjærli Rønning
 Styremedlem Randi Schei
 Varamedlem Kristin Solbakken
 Varamedlem Kjell Olav Lundberg

Ansatte: Generalsekretær Arne Grostad

Styremøte 7: Tirsdag 3 desember Skype møte

Styret: President Stian Grimseth
 Visepresident Børge Aadland
 Styremedlem Tryggve Duun
 Styremedlem Asta Fjærli Rønning
 Styremedlem Randi Schei
 Varamedlem Kristin Solbakken
 Varamedlem Kjell Olav Lundberg

Ansatte: Generalsekretær Arne Grostad

21.2 NORGES VEKTLØFTERFORBUND KONTORET OG DAGLIGE DRIFT

21.2.1 KONTOR:

Midtre Flatåsveg 8. 7499 Flatåsen, Postboks: 9904 Trondheim

Ansatte:

Arne Grostad generalsekretær i 50 % stilling. Arbeidssted i Trondheim.
 Fra 1 august 2019 i 80 % stilling med tilleggsansvar utdanning.

Jarleif Amdal, kombinert sportsjef og trener i 40 % stilling. Arbeidssted i Tønsberg. Avsluttet arbeidsforholdet 30 september.

Tiril Tøien utdanningskonsulent i 40% stilling. Arbeidssted i Trondheim.
 Avsluttet arbeidsforholdet 31 juli

Pr 31 desember 2019 hadde NVF en ansatt i en 80% stilling.

21.3 Regnskapet

21.3.1 Regnskapsfører i 2019

I 2019 er dette ført av Katarina Sederholm Hoff.

21.3.2 Revisor

Revisor for regnskapsåret 2019 har vært Bjørn Gundersen fra revisjonsfirmaet Bjørn Gundersen AS.

21.3.3 Resultat 2019

Regnskapet 2019 viser et overskudd på **kr 85 914,88**.

21.4 Internett

Internettsidene www.vektlofting.no

Driften av NVFs nettsider fra ATEA ble i 2019 overtatt av NIF som senere skulle vise seg å ikke ville drive denne slik som tidligere. Et tilbud fra de om å gå videre innenfor deres plattform takket Styret nei til. Det var både en vurdering av behovet samt av økonomiske årsaker. I 2020 vil en ny side bli etablert som både blir økonomisk rimeligere å drifte samt bedre tilpasset fremtidig behov.

Webmaster i 2019 har vært Tryggve Duun

21.5 «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.

21.6 Sosiale medier

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

21.7 Gjennomføring av større mesterskap.

Ved større stevner er det etter hvert blitt et omfattende arbeide med å koble opp systemet som «kjører» mesterskapet. Her har også i 2019 Hans Hagenes vært primus motor og gjort en stor innsats.

I tillegg har tidligere Generalsekretær Arne H. Pedersen, lik i mange tidligere år, bidratt betydelig ved flere større mesterskap. Det være seg både med å forhånds klargjøre protokoll til de ulike mesterskapene og under mesterskapene være protokollfører av disse.

Prosjektrekskap 2019

Prosjekt	Utgifter	Sluttregnskap pr. 31.12.18	Budsjett 2019	Sluttregnskap pr. 31.12.2019
	Stevneutgifter			
50001	Nordisk J/U	96 465,13	101 000,00	99 397,00
50000	Nordisk Senior	104 397,00	102 000,00	155 404,00
50002	EM Junior/EM u23	55 574,58	55 000,00	100 744,00
50003	EM senior	131 974,23	145 000,00	217 703,44
50007	VM senior	88 987,00	102 000,00	184 875,00
50004	VM Junior			
32000	Norske mesterskap	168 714,00	150 000,00	149 628,00
50020	EM u 17år og EM 15		50 000,00	171 163,00
		646 111,94	705 000,00	1 078 914,94
	Trening			
50012	Toppidr.senter	80000	60 000,00	60 000,00
50014	Toppidrettssatsning	520 581,91	800 000,00	779 730,57
	Lønn sportssjef	286 587,00		
50015	Aktivitets og driftstilskudd	125 000,00	135 000,00	135 000,00
		1 012 168,91	995 000,00	974 730,57
	Utdanning/utvikling av barn og unge			
73000	Trenerkurs	350 075,00		94 792,84
73001	Dommerkurs	54 712,25		150 000,00
73030	Klubb/lederutv.	254 819,05		546 948,13
	Lønn			
	Utdanningskonsulent	286 592,00		
73040	Instruktørutviklingskurs	151 000,00		106 000,00
		1 097 198,30	1 000 000,00	897 742,81
	Gaver/Utmærkelser			
7420	Gaver/Utm.	26 564,00	30 000,00	40 072,00
		26 564,00	30 000,00	40 072,00
	Lønn			
95000	Lønn ansatte	350 352,00	351 000,00	277 706,00
	Adm. utgifter			
6700	Revisjon/NIF	56 660,00	58 000,00	
		56 660,00	58 000,00	55 298,00
	Møter			
90000	Styrets møteutg.	82 479,00		47 310,50
90010	NVF's Ting	26 014,00		108 611,00

17000	EWF Representasjon	10 362,78		16 082,00
73025	div. møter	55 547,17		55 190,00
		174 402,95	150 000,00	227 193,50
	Driftsutgifter			
	Driftsutgifter	162 273,00	165 000,00	83 248,00
6510	Streaming- dommeanlegg	70 406,00	30 000,00	30 721,00
		232 679,00	195 000,00	113 969,00
	Kontingenter			
17010	Int.forbund	13 620,00	15 000,00	13 986,30
		13 620,00	15 000,00	13 986,30
7830	Tap på fordringer			60005,00
8140	Bankkostnader	131	1 000,0	-
	Totale utgifter	3 609 888,10	3 500 000,00	3 739 458,12
	INNTEKTER			
	Tilskudd			
3440	Post 2 Grunntilskudd særforbund	1 880 168,00	1 958 000	2070926,00
3441	Spillemidler til utstyr			
3450	VO midler	54 576,00	50 000,00	7 656,00
3442	POST 3	992 747,00	1 000 000,00	1 015 950,00
	Tilskudd IWF/EWF	66 777,00	65 000,00	67 904,00
		2 994 268,00	3 073 000,00	3 162 436,00
	Kontingenter			
3931	lagserien	20 850,00	25 000,00	24 000,00
3932	5-kampserien	5 000,00	6 000,00	
3930	Lisenser	74 700,00	80 000,00	85 900,00
		100 550,00	111 000,00	109 900,00
	Salgsinntekter			
3110	Varesalg			
3112/ 3113	Salg merker/statuetter		3 000,00	3 250,00
		-	3 000,00	3 250,00
	Samarbeidsavt./ annonser			
3121	Sponsor			
3935	kostnader dekket selv			112 233,00
3970	Egenandeler	98 112,00	100 000,00	96 000,00
3460	Toppidr.senter	80000	60 000,00	60 000,00
		178 112,00	160 000,00	268 233,00

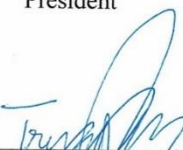
	Div. adm. inntekter			
3990	Div. inntekter	50 568,00	4 000,00	55 087,00
3445	Momskompensasjon	175 408,00	180 000,0	229 253,00
		225 976,00	184 000,0	284 340,00
	Finansinntekter			
8040	Renteinntekter	1 116,00	3 000,0	1071,00
8140	Bankkostnader			-3857,00
		1 116,00	3 000,0	-2786,00
	Totale inntekter	3 500 022,00	3 534 000,0	3 825 373,00
	Årsoverskudd / Underskudd	-109 866	34 000,0	85 914,88

Trondheim 12 mars 2020


Stian Grimseth
 President


Børge Aadland
 Visepresident


Asta Rønning Fjærli
 Styremedlem


Trygve Duun
 Styremedlem


Randi Schei
 Styremedlem


Arne Grostad
 Generalsekretær

REVISJONSFIRMAET BJØRN GUNDERSEN AS

Medlem av Den norske Revisorforening

Foretaksnr. 973 193 805 MVA

E-post : revisor.gundersen@ntebb.no

Tlf : 930 54 200

Til årsmøtet i NORGES VEKTLØFTERFORBUND

REVISORS BERETNING FOR 2019.**Uttalelse om revisjonen av årsregnskapet****Konklusjon**

Vi har revidert NORGES VEKTLØFTERFORBUNDS årsregnskap som viser et overskudd på kr 85.915,-. Årsregnskapet består av balanse per 31. desember 2019, resultatregnskap for regnskapsåret avsluttet per denne datoen og noter til årsregnskapet, herunder et sammendrag av viktige regnskapsprinsipper.

Etter vår mening er det medfølgende årsregnskapet avgitt i samsvar med lov og forskrifter og gir et rettviseende bilde av selskapets finansielle stilling per 31. desember 2019, og av dets resultater og kontantstrømmer for regnskapsåret avsluttet per denne datoen i samsvar med regnskapslovens regler og god regnskapsskikk i Norge.

Grunnlag for konklusjonen

Vi har gjennomført revisjonen i samsvar med lov, forskrift og god revisjonsskikk i Norge, herunder de internasjonale revisjonsstandardene (ISA-ene). Våre oppgaver og plikter i henhold til disse standardene er beskrevet i *Revisors oppgaver og plikter ved revisjon av årsregnskapet*. Vi er uavhengige av selskapet slik det kreves i lov og forskrift, og har overholdt våre øvrige etiske forpliktelser i samsvar med disse kravene. Etter vår oppfatning er innhentet revisjonsbevis tilstrekkelig og hensiktsmessig som grunnlag for vår konklusjon.

Øvrig informasjon

Ledelsen er ansvarlig for øvrig informasjon. Øvrig informasjon består av informasjon i årsrapporten, men inkluderer ikke årsregnskapet og revisjonsberetningen.

Vår uttalelse om revisjonen av årsregnskapet dekker ikke øvrig informasjon, og vi attesterer ikke den øvrige informasjonen.

I forbindelse med revisjonen av årsregnskapet er det vår oppgave å lese øvrig informasjon med det formål å vurdere hvorvidt det foreligger vesentlig inkonsistens mellom øvrig informasjon og årsregnskapet, kunnskap vi har opparbeidet oss under revisjonen, eller hvorvidt den tilsynelatende inneholder vesentlig feilinformasjon. Dersom vi hadde konkludert med at den øvrige informasjonen inneholder vesentlig feilinformasjon er vi pålagt å rapportere det. Vi har ingenting å rapportere i så henseende.

Styrets og daglig leders ansvar for årsregnskapet

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

Kontor: Holvn 259, 7510 Skatval

Avd: Feragsvn 385, 7375 Røros

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

Revisors oppgaver og plikter ved revisjonen av årsregnskapet

Vårt mål er å oppnå betryggende sikkerhet for at årsregnskapet som helhet ikke inneholder vesentlig feilinformasjon, verken som følge av misligheter eller utilsiktede feil, og å avgi en revisjonsberetning som inneholder vår konklusjon. Betryggende sikkerhet er en høy grad av sikkerhet, men ingen garanti for at en revisjon utført i samsvar med lov, forskrift og god revisjonsskikk i Norge, herunder ISA-ene, alltid vil avdekke vesentlig feilinformasjon som eksisterer. Feilinformasjon kan oppstå som følge av misligheter eller utilsiktede feil. Feilinformasjon blir vurdert som vesentlig dersom den enkeltvis eller samlet med rimelighet kan forventes å påvirke økonomiske beslutninger som brukerne foretar basert på årsregnskapet.

For videre beskrivelse av revisors oppgaver og plikter vises det til <https://revisorforeningen.no/revisjonsberetninger>

Uttalelse om øvrige lovmessige krav

Konklusjon om registrering og dokumentasjon

Basert på vår revisjon av årsregnskapet som beskrevet ovenfor, og kontrollhandlinger vi har funnet nødvendig i henhold til internasjonal standard for attestasjonsoppdrag (ISAE) 3000

«Attestasjonsoppdrag som ikke er revisjon eller forenklet revisorkontroll av historisk finansiell informasjon», mener vi at ledelsen har oppfylt sin plikt til å sørge for ordentlig og oversiktlig registrering og dokumentasjon av selskapets regnskapsopplysninger i samsvar med lov og god bokføringsskikk i Norge.

Skatval, 01.03.2020

Revisjonsfirmaet Bjørn Gundersen AS

Bjørn Gundersen

Registrert revisor.

Beretning fra NVFs kontrollutvalg.

Naustdal/Bergen Mars 2020

Til

Norges Vektløfterforbunds Ting 2020

BERETNING FRA NVFs KONTROLLKOMITE

Kontrollkomiteen har gjennomgått NVFs regnskap for 2019

Resultatet er oversiktlig oppsatt, viser forbundets inntekter og utgifter, og balanse for Regnskapsåret.

Kontrollkomiteen har hatt tilgang på alle relevante dokumenter.

Regnskapet er avsluttet med et positivt driftsresultat på kr 88701 og et positivt årsresultat på kr 85915.

Kontrollkomiteen har ikke funne kritikkverdige forhold i styrets disponeringer i forhold til budsjett.

Kontrollkomiteen har lest styreprotokollene for 2019, og ikke funnet merknader omkring gjennomførte vedtak. Protokollene er fritt tilgjengelige på NVFs hjemmeside på internett

Kontrollkomiteen har for 2019 ikke funnet det nødvendig å påpeke andre forhold vedrørende styrets disponeringer, i forhold til Norges Idrettsforbund og Olympiske og paralympiske Komité (NIF) sine retningslinjer for kontrollkomiteens plikter.



Steinar Kvame



Malin Alise Forberg



Johnny Sandvik