



Referat fra styremøte i Norges vektløfterforbund

Dag/Dato: onsdag 27. mai klokken 19:00 – 22:15

Sted: Digitalt via TEAMS

Innkalt:

Navn	Funksjon	Til stede	Ikke til stede
Stian Grimseth	President	x	
Christian Lysenstøen	Visepresident	x	
Louisa Hjelmås	Styremedlem	x	
Arne Grostad	Styremedlem	x	
Erlend Raastad	Varamedlem	x	
Tryggve Duun	Generalsekretær	x	

Sak nr.	Sakstittel
1/7/26	<p>Informasjonsaker</p> <ul style="list-style-type: none">• <u>Status rundt daglig drift.</u> Daglig drift fungerer godt sett fra GS sitt ståsted. Det har vært mange nye rutiner å sette seg inn i, men god dialog og samarbeid mellom de to ansatte gjør at det glir godt. Det som fortsatt mangler, pga. kapasitet så langt, er oppdatering av lov og reglement etter Tinget. Her må alle vedtak både fra Tinget i 2025 og 2026 gjennomgås for at vi skal sikre oss at alle nye vedtak er oppdaterte. Det forventes å bli gjort i løpet av juni.• <u>Oppfølging av strategiplanen</u> I løpet av juni sommeren må vi ta tak i framdriften i strageplanen. Det er særlig dette med klubb besøk, og oppfølging av klubber, som må følges opp slik at vi blir ajour. Samtidig må vi se alle nye prosjekter ift. medlemsmasse og kompetanse i sammenheng med dette. Alle disse

prosjektene handler i bunn og grunn om oppfølging av klubbene. Sånn sett får vi etter hvert nå et mye bedre fundament å stå på når klubber skal følges opp.

- Oppstart av digital arbeidsgruppe
Digital arbeidsgruppe skal ha sitt første møte 2. Juni. Da vil GS få innspill til mandat, og eventuelt om de har strakstiltak de ønsker å sette i verk mm.
- Siste møte i TDK før ny utvalgsstruktur
Den gamle Teknisk- og digitalkomiteen hadde sitt siste møte 19. mai. De gikk gjennom innstillinger til høstens stevner, og diskuterte blant annet nordisk mesterskap i Tysvær til høsten. Referat fra møtet ligger på nettsiden under «om NVF» - «Utvalg...»
- Informasjon om NM Mix lag.
NM arrangeres 10. oktober. Organiseringen er i rute. Det ble avholdt møte mellom Christian, Erlend, Emelie, Tryggve og Stian den 26. mai for å drosle litt rundt mulighetene for å gjøre NM Mix til noe mer enn bare et NM. I og med at stevnet skal arrangeres i forbindelse med, og i samme lokale som WODLA Expo på Unity Arena, bør vi profilere oss ut over selve stevnet.

Vi prøver å få til aktiviteter både fredag og søndag selv om NM mix går kun på lørdag. Blant annet vil Høybråten og Stovner IL invitere til lagseriestevne på søndag for å skape aktivitet også søndag. Vi vil også se på om det kan være mulig å gjennomføre en landslagssamling der utøvere kan bidra både med litt instruksjon og gjennomføre treninger på arenaen.

Det blir Høybråten og Stovner IL som står som teknisk arrangør. Det lånes også noe utstyr fra Spydeberg atletene. NVF må stille med noe mannskap for å hjelpe til. Det er satt av hotellrom ved Scandic Fornebu. Tryggve sender ut innbydelser til de fem kvalifiserte lagene før sommeren.

Status i «Den røde tråden»

- SU v/Øystein Holt har nå ferdigstilt en spørreundersøkelse for å kartlegge beste praksis hos nåværende og tidligere utøvere og trenere som har lykket med å skape topp internasjonale resultater. Undersøkelsen gikk først ut til trenerne. Deretter gikk den ut til utøvere.

Målet er å enes mest mulig om en best mulig felles plattform for trening og teknikk slik at vi kan få en rød tråd i all opplæring og trening fra første løft i karrieren til løft på toppnivå. Her er det veldig viktig at dagens utøvere og trenere blir enige om hva som er beste praksis, slik at alle har

	<p>samme plattform og forståelse når de samles på treningsamlinger og i konkurranser.</p> <ul style="list-style-type: none"> • <u>Deltakelse årsmøtet i Særforbundenes fellesorganisasjon (SFF)</u> Visepresidenten har deltatt på årsmøtet til SFF. Nå er alle de 55 forbundene med i SFF. Formålet med SFF er å være forbundenes felles talerør inn mot NIF i saker som er viktige for særforbundene. Dette er spesielt viktig for mindre forbund som ikke har samme organisatoriske kapasitet og påvirkningskraft som de store forbundene.
<p>2/7/26</p>	<p>Orientering om ekstraordinært Ting i NVF</p> <ul style="list-style-type: none"> • Innkalling tinget med dokumenter må ut minst 14 dager før iht. loven. • Datasystem bestilt til tinget - Go plenum • Påmeldingsfrist må være en uke før fordi alle som skal delta må være lagt inn i systemet og deltatt på en opplæring i forkant. • Test og opplæring i datasystem skjer uken før tinget. • Fullmakter må inn. <p>Vedtak: Dag/Dato/Tid for Ekstraordinært Ting settes til mandag 22. Juni klokken 18:00-21:00. Dette er siste frist iht. vedtak på ordinært Ting i mars. Ove Varlid spørres om å være ordstyrer Saker som skal behandles på tinget: Tre gjenstående saker som det ikke ble tid til på det ordinære tinget, kontrollutvalgets rapport, og suppleringsvalg av et styremedlem og et varamedlem.</p>
<p>3/7/26</p>	<p>NM krav for mesterskapene i 2027</p> <p>SU har fulgt opp saken om NM krav, og de har foreslo å senke kg kravene slik at de på NM senior ligger på en poensum rundt ca 170 poeng for kvinner og 270 poeng for menn. Det er omtrent 15 poeng ned både for kvinner og menn. Debatten innad i SU har gått på om dette vil ha noen reell effekt, og de har diskutert om dette kan føre til at alt for mange veldig unge vil kvalifisere seg.</p> <p>Med SUs forslag vil vi kunne få anslagsvis 14 flere kvalifiserte menn og 20 flere kvalifiserte kvinner hvis vi ser på tallene fra 01.07.25 til 01.06.26.</p> <p>Vedtak: Styret vedtar NM kravene slik de er foreslått fra SU. Kravene sendes ut til klubbene og offentliggjøres på NVFs nettside snarest.</p> <p>Kravene følger vedlagt bakerst i dette referatet.</p>

4/7/26	<p>Tildeling av norske mesterskap</p> <p>Christian Lysenstøen meldte seg innhåbil i saken, og var logget ut av møtet mens diskusjonen og beslutningen ble tatt.</p> <p>Det var tre søkere til NM senior innefor søknadsfristen. Disse var: Tysvær VK Breimsbygda IL Spydeberg Atletene</p> <p>Styret diskuterte søkerne opp mot kriteriene i utlysningsteksten, og sammeholdt søkerne med listen over mesterskapsarrangører de siste årene. Det var også et lite moment å spre arrangementene over landsdelene og regionene for å spre kostnadene som tilfaller tilreisende klubber på mesterskapene.</p> <p>Vedtak: NM senior 2027 tildeles Spydeberg Atletene.</p> <p>Alle mesterskap, så nær som NM senior, ble tildelt via mailkorespondanse tidligere i mai. De norske mesterskapene i 2027 arrangeres således:</p> <ul style="list-style-type: none">• NM ungdom – T&IL National• NM junior – Vigrestad IK• NM senior - Spydeberg Atletene• NM veteran – Tambarskjelvar IL• NM lag – Hitra VK• NM 5-kamp – Larvik AK
5/7/26	<p>Opprettelse av utvalg</p> <p>I forrige styremøte foretok styret noen forhåndsoppnevninger basert på behov forbundet har. Etter dette har søknadsfristen for deltakelse i utvalgene kommet inn. I praksis er det nesten nøyaktig de samme som har søkt uten forbehold denne gangen som forrige gang.</p> <p>I forbindelse med diskusjonen rundt oppnevning av utvalgene la styret noen interne føringer for sin utnevning.</p> <ul style="list-style-type: none">• Det bør ikke være mer enn fem personer i hvert utvalg• Det må tas hensyn til kjønnsfordeling så sant det er mulig i forhold til de som har søkt.• Det bør helst ikke være to fra samme klubb i et utvalg med mindre utvalget ikke blir fulltallig uten, eller at sterke faglige kvalifikasjoner eller arbeidsoppgavene tilsier det. <p>Styret diskuterte om styret selv skulle gå direkte inn og ta ansvar for breddeutvalgets oppgaver. Årsaken til dette er breddetiltakene som nå settes i</p>

	<p>gang, og at styret uansett må ha stort trykk på dette arbeidet. For å få rask framdrift i arbeidet med prosjekt 6000, klubb besøk og ellers oppgavene i strategiplanen kreves det at styret er tett på og at styret tar beslutninger fortløpende når det er behov for det.</p> <p>Vedtak:</p> <p><u>Sportsutvalget</u> Følgende utnevnes til sportsutvalget (SU):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jonny Sandvik – Leder • Stian Grimseth • Louisa Hjelmås • Børge Aadland • Øystein Holt <p><u>Teknisk utvalg</u> Følgende utnevnes til Teknisk utvalg (TU):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hilde Næss - Leder • Dag Rønnevik • Anette Skjærli • Christian Lysenstøen • Tor Steinar Herikstad <p><u>Breddearbeidet.</u> Styret tar selv ansvaret for oppgavene som fram til nå har ligget i et breddeutvalg. Men i tillegg til styret inkluderes Lars Espedal i dette arbeidet.</p>
<p>5/7/26</p>	<p>Egenandeler på mesterskap</p> <p>Styret tok tilling til egenandelene for mesterskap ut året.</p> <p>Diskusjonen gikk ut på om det er riktig kun å basere egenandelen ut fra hva en flybillett til det forskjellige stedene koster. Det kan for eksempel føre til at ungdommer må betale en mye høyere pris enn seniorer fordi stevnet avholdes et sted med vanskelig tilreise. Aller helst bør egenandelen for ungdommene ligge under egenandelen for seniorer.</p> <p>Et annet moment er at dersom egenandelen settes lavt for et arrangement nært oss, så må kanskje noen betale uforholdsmessig mye for et arrangement med lenger reisevei.</p> <p>På samme tid må man ta noe hensyn til kostnadsnivået og nivået på utøveren. For eksempel blir det svært dyrt å reise på VM i Kina, der det også må påregnes pre-cam samt svært dyre flybilletter og oppholdskostnader. Antakelig vil det koste godt over kr. 50 000,- pr person.</p> <p>Til slutt er det i bunn og grunn NVFs totale budsjett for å delta på stevner som ikke skal overskrides. Når det gjelder stevner i Europa bør kanskje derfor beløpet</p>

	<p>i egenandelen utgjevnes noe uavhengig av hvor stevnet arrangeres. Mens stevner utenfor Europa må kunne behandles mer individuelt.</p> <p>Vedtak:</p> <p>Følgende egenandeler ble vedtatt :</p> <ul style="list-style-type: none"> • EM U15/U17 i Kosovo: 4000,- • EM Junior/U23 i Albania: A krav 4500,- og B krav 7000,- • VM senior i Kina: A krav 10 000,- og B krav 25000,- • Nordisk senior i Tysvær: 3000,- • Nordisk ungdom og junior i Tysvær: 2500,-
<p>6/7/26</p>	<p>Økonomistatus</p> <p>Det ble foretatt en rask gjennomgang av status på økonomi. Pr. nå ligger vi godt an, og det ser ut som at forbruket totalt sett er innenfor budsjett. Mange samlinger er lagt til TIS, og vi har allerede brukt opp gratisdøgnene der. Det betyr at vi antakelig får noe dyrere samlinger framover. Men likevell ser det pr. nå ut som at vi skal gå i balanse.</p> <p>Styret kommenterte at slik det ser ut nå må vi kjapt få i gang flere av de planlagte prosjektene slik at vi bruker pengene i sommer og høst på god aktivitet.</p> <p>Vedtak: Styret konkluderte med at vi har kontroll på økonomien pr. nå.</p>
<p>7/7/26</p>	<p>Regionsprosjekt/landsdelsprosjekt med kurs og kompetanseprosjekt mm.</p> <p>Det ble informert om kurs og kompetanseprosjektet som er omtalt i tidligere styremøte. Vi har avtalt møter i både England og Italia for å få informasjon om hvordan de har organisert seg ift. salg av kurs og spredning av kompetanse i organisasjonen. Disse to nasjonene har lyktes svært godt med dette, men for eksempel England gjorde noen tabber i starten som vi ønsker å lære av.</p> <p>Styret ønsker å knytte dette prosjektet tett opp til breddetiltak i regionene og forbundets mål om å doble medlemsmassen. Det vises her til sak 3/6/26 i styrereferat fra møtet den 29. april. Skal vi få til dette må vi inn med betalte ressurser. For eksempel kan vi iverksette et pilotprosjekt i en eller to landsdeler. Formålet er økt aktivitet og rekruttering i landsdelen(e) gjennom kurs og aktiviteter i klubbene, rekruttering i eksterne miljøer gjennom salg av kurs og aktivitet, og ellers bistand til trenerkurs, dommerkurs mv.</p> <p>Det vil også være veldig viktig med knytninger mellom dette prosjektet og «Den røde tråden» slik at det vi lærer bort har en rød tråd fra nybegynner til eliteløfter.</p> <p>Etter en god diskusjon falt styret ned på å kalle breddeprosjektet for «PROSJEKT 6000», dette basert på ønske og tro om at vi kan klare å doble vår medlemsmasse.</p>

	<p>Vedtak: «Prosjekt 6000» iverksettes som beskrevet. Det skal snarlig utlyses en til to prosjektstillinger i ca 20% stilling. Hvor piloten(e) legges vil avhenge av hvem som søker. Hvis vi skal lykkes med dette må det være topp motiverte søkere som har evne til å komme i kontakt med andre og gjerne også som har en kombinasjon av vektløfterfaglig kunnskap og kunnskap om og rundt feks CrossFit miljøer og treningssentre.</p>
--	--



NM kravene 2027

Kvalifiseringsperioden starter 1. juli 2026.

For NM senior går fristen ut den søndagen i januar som landsdelsmesterskapet arrangeres

For alle andre NM går kvalifiseringsperioden fram til påmeldingsfristens utløp

Felles for alle NM er at utøveren må ha gjennomført ren utøver i løpet av de siste to årene.

NM Senior kvinner

Vkl. Kvinner	ResultatKg
49	109
53	116
57	122
61	127
69	137
77	145
86	152
+86	157

NM Senior menn

Vkl. Menn	ResultatKg
60	175
65	185
70	195
75	204
85	218
95	230
110	240
+110	250

NM Junior kvinner

Vkl. Kvinner	ResultatKg
49	64
53	68
57	72
61	75
69	81
77	85
86	89
+86	93

NM Junior menn

Vkl. Menn	ResultatKg
60	130
65	138
70	145
75	151
85	162
95	171
110	181
+110	187

NM Ungdom

Ingen kvalifiseringskrav

NM Veteran

Må ha løftet minst ett stevne i kvalifiseringsperioden