

Julen 2010

Til regionens medlemmer

Året ebber ut, og det er tid for refleksjon. Oppnådde vi det vi ville? Og var det verd strevet?

Sesongen 2010

På det første spørsmålet vil jeg svare et ubetinget ja. Riktignok ble det et meget krevende år for regionsstyret, men programmet ble gjennomført. Tre av våre medlemsklubber arrangerte i alt fire mesterskap. Regionens utøvere satte nye nasjonale og internasjonale rekorder og hentet hjem nasjonale og internasjonale medaljer.

Av de mange flotte prestasjonene skal her nevnes:

- Gull i VM Junior til Tutta Kristine Hansen, Moss SIK.
- Gull i EM Junior til Inger Johanne Ruud, Askim SK.
- Gull i Vesteupeisk Mesterskap til Jørgen A. Hansen, Oslo SK.
- Gull i EM Benkpress veteran til Bjarne Synstad, Lørenskog AK.
- Gull i Nordisk Junior til Hans Erik Folkeseth, Halden SI.
- Gull i Nordisk Junior til Bo André Bergan, Oslo SK.

Med helhjertet innsats og suksess ble følgende mesterskap gjennomført i vår region:

- RM ble arrangert av Oslo SK.
- NM Benkpress ble arrangert av Askim SK.
- Sydnorsk ble arrangert av Askim SK.
- NM U/J/V ble arrangert av Moss SIK.

På spørsmålet om det var verd strevet, minner jeg om at vår art av og til betegnes homo ludens - det lekende mennesket. Idrett er en form for lek, og ca. 7 % av Norges voksne befolkning er med på leken innenfor den organiserte idretten, men mange trimmer utenom idrettslagene. I virkeligheten dreier det seg ikke bare om lek, men også om mestring - opplevelsen av å mestre øvelsene, lykkes med å utvikle klubben sin, arrangere mesterskap, etc. Og de av oss som synes det er ekstra gøy å rive og slite i vektstenger, har i en rekke vitenskapelige artikler de senere år kunnet lese at vekttrening er bra for helsen. Da vitenskapen, på toppen av det hele, forteller oss hva vi har visst hele tiden, at det vi holder på med også er sunt, kan vi vel svare at det hele var verd strevet?

Sesongen 2011

Vi står foran en tettpakket og spennende sesong med samlinger, kurs og stevner. Våre medlemsklubber ønsker 25 % økning i regionens medlemstall i perioden 2011 - 2013, hvilket legges inn i strategiplanen for samme periode. Gledelig nok skal vi også i 2011 ha fire mesterskap innen regionen i denne rekkefølge:

- RM arrangeres av IL Kraftsport.
- NM Benkpress arrangeres av Oslo SK.

- NM arrangeres av Askim SK.
- Sydnorsk arrangeres av Moss SIK.

IPF har fra 01. januar 2011 innført nye og færre vektklasser. Med uendret antall utøvere og med to vektklasser mindre å delta i, både for damer og herrer, vil konkurransen bli skjerpet. Alt dette er OK. Men at damenes 52-kilosklasse er beholdt, må betraktes som et beklagelig arbeidsuhell av IPF.

Uansett vil vi med de nye vektklassene oppleve en vårflom av nye rekorder, så i sesongen 2011 bør våre aktive løftere kjenne sin besøkelsestid.

Undertegnede ønsker våre medlemsklubber lykke til videre med klubbutviklingen og våre utøvere lykke til med trening og konkurranseforberedelser i det nye året.

I mellomtiden ønskes alle medlemmer en riktig god jul fra

Hans Martin Arnesen

--- 0 ---