

Lederspalte julen 2023

Leder av Styrkeløftregion Øst

Julen nærmer seg og det er kort tid til vi går over i 2024.

2023 har som foregående år vært nok et aktivt og begivenhetsrikt år for Styrkeløftregion Øst.

Aktiviteten har vært stor. Det har vært mange stevner i regionen og stor deltakelse. I tillegg mange klubbbesøk av regionstrenerne , samt kurs og samlinger.

Det ble avholdt ett Nordisk Mesterskap og to Norgesmesterskap i regionen i 2023. IL Kraftsport arrangerte Nordisk Mesterskap (med og uten utstyr) i styrkeløft og benkpress for ungdom og junior på Lillestrøm i september 23. Askim SK arrangerte NM (utstyrsfritt) i styrkeløft for ungdom og junior i april 23 og Lenja AK arrangerte NM (utstyrsfritt) i styrkeløft for veteraner i april 23. Alle disse mesterskapene hadde stor deltakelse og var svært vellykkede.

Når det gjelder det sportslige har mange av regionens deltakere forsynt seg grovt. I tillegg til mange NM-titler i de forskjellige klasser har også flere av regionenes løftere utmerket seg med gode internasjonale resultater og plasseringer.

Regionsmesterskapene i 2023 ble arrangert av Høland IUL , benkpress med og uten utstyr i februar og av Brumunddal AK , styrkeløft med og uten utstyr i oktober. Begge godt arrangerte stevner med svært stor deltakelse.

Regionsmestesterskapene for 2024 skal for øvrig arrangeres av Moss SIK, benkpress med og uten utstyr i januar 24 og av Høland IUL, styrkeløft med og uten utstyr i november 24.

Oslo SK skal arrangere NM i styrkeløft (utstyrsfritt åpen klasse) i mars 24.

Viken fylke ble opprettet i 2020 ,men skal nå oppløses igjen fra 01.01.24. Styrkeløftregion Øst sitt område er da fra 01.01.24 fylkene Innlandet , Oslo , Østfold og Akershus.

Til informasjon kan forøvrig nevnes at Viken Idrettskrets ikke skal opphøre. Så administrativt og i forhold til søknad om økonomiske stønader skal vi fortsatt forhold oss til Viken Idrettskrets og ikke til Østfold/Akershus.

Regionstinget for 2024 skal for øvrig arrangeres på Scandic Brennemoen (nær Askim) 24.02.24 så det er bare å sette av denne datoen.

Styrkeløft er i stadig medvind i regionen. Det er mange løftere og mange stevner og vi håper at også 2024 på alle mulige måter blir et godt år.

Da vil jeg ellers benytte anledningen til å ønske alle løftere, klubber, trenere, ledere og alle andre som bidrar i Styrkeløftregion Øst en riktig god jul og et godt nytt år.

Med vennlig hilsen

Vegard Røysum