***Regionslag pr. 01.01.2024***

***Utstyr:***  **Ansvarlig t*rener***

- Thomas Eikseth Gillund (02) IL Kraftsport Marius Arnesen

- Tarjei Grønås (05) IL Kraftsport Ny pr. 01.07.2023 Marius Arnesen

- Ingeborg Brynhildsvoll (06) Brumunddal AK  Ny pr. 01.01.2024 Grétar Hrafnsson

***UF:***

- Kenny Nicolay Andersen (04) Lenja AK Marius Arnesen

- Herman Lied Meyer (04) Askim SK Marius Arnesen

- Tarjei Grønås (05) IL Kraftsport Ny pr. 01.07.2023 Marius Arnesen

- Fillip Neuenkirchen (05) IL Kraftsport Ny pr. 01.07.2023 Marius Arnesen

- Morten Storvik (04) IL Kraftsport Ny pr. 01.01.2024 Marius Arnesen

- Eirik Engø Monsen (08) Lenja AK Ny pr. 01.01.2024 Marius Arnesen

- Elias Haslum Kristiansen (01) Brumunddal AK Ny pr. 01.01.2024 Grétar Hrafnsson

- Ingrid Mikalsen (04) Brumunddal AK Ny pr. 01.01.2024 Grétar Hrafnsson

- Vegard Anmarkrud (02) Brumunddal AK Ny pr. 01.07.2023 Grétar Hrafnsson

- Jassin Andre Aarsteinsen Darei (01) Askim SK Amund T. Løvstad

- Kjetil Monsen Sødal (04) Oslo SK Amund T. Løvstad

- Lucas Belqaid Landquist (05) Moss SIK Ny pr. 01.01.2024 Amund T. Løvstad

- Petra Ofulule (01) Oslo SK   Ny pr. 01.01.2024 Amund T. Løvstad

- Dennis Moe Ruud (05) Askim SK  Ny pr. 01.01.2024 Amund T. Løvstad

- Theodor Tvete (06) Lenja AK Ny pr. 01.01.2024 Amund T. Løvstad

***Landslag, fortsetter med samme trener:***

- Elise Rosenborg (93) ILK Åpent Landslag Benkpress Uf Marius Arnesen

- Sakar Hamawandi (90) OPIL Åpent Landslag Benkpress Uf. og Marius Arnesen Styrkeløft pr. 01.01.2024

- Tarjei Grønås (05) IL Kraftsport Jr. landslag Styrkeløft Utst. og Marius Arnesen

Benkpress utst. Pr. 01.01.2024

- Vetle Skundberg (00) Brumunddal AK Landslag Benkpress Grétar Hrafnsson