



Årsmöteprotokoll NNSF 2024

Tid: söndag den 17 mars 2024 klockan 15.00

Plats: Microsoft teams

Sändlista: samtliga föreningar, valberedningen

1. Mötet öppnas
 - a. Ordförande Magnus Wikström förklarar mötet öppnat
2. Fastställande av röstlängd för mötet.
 - a. 9 föreningar med rösträtt är närvarande: Julia Servin IKSU, Oleg Georgiev Kiruna AK, Frida Isaksson Luleå AK, Lucas Nordgren Legendary AK, Robin Fredriksson Malmbergets AIF, Christian Naarttijärvi NPC Power, Emma Granlund Skellefteå AK, Jan Lundberg Umeå Power, Thomas Steggo Öjebyns AK
 - b. Mötet fastslår röstlängden
3. Fråga om mötets utlysande.
 - a. Magnus berättar hur mötet har utlysts genom mejl till samtliga föreningar och valberedningen samt via inlägg på facebook.
 - b. Mötet godkänner utlysandet av mötet
4. Fastställande av föredragningslista.
 - a. Mötet godkänner föredragslistan med tillägg: Punkt 1 mötet öppnas och punkt 15 mötet avslutas
5. Val av ordförande och sekreterare för mötet.
 - a. Mötet väljer Magnus till mötesordförande och Rasmus Schurmann till mötessekreterare
6. Val av protokolljusterare tillika rösträknare.
 - a. Mötet väljer Julia Servin och Thomas Steggo till protokolljusterare
7. Redovisning av verksamhets- och förvaltningsberättelse
 - a. Styrelsens verksamhetsberättelse för det senaste verksamhetsåret

- i. Magnus föredrar verksamhetsberättelsen (*bilaga 1*)
 - b. Styrelsens förvaltningsberättelse (balans- och resultaträkning) för det senaste räkenskapsåret.
 - i. Kassör André Johansson föredrar förvaltningsberättelsen (*bilaga 2*)
- 8. Revisorernas berättelse över styrelsens förvaltning under det senaste verksamhets/räkenskapsåret.
 - a. Revisor Alexander Björk föredrar revisorernas förvaltningsberättelse och föreslår att styrelsen ska beviljas ansvarsfrihet för verksamhetsåret 2023 (*bilaga 3*)
- 9. Fråga om ansvarsfrihet för styrelsen för den tid revisionen avser.
 - a. Mötet beviljar styrelsen ansvarsfrihet för verksamhetsåret 2023
- 10. Fastställande av medlemsavgifter.
 - a. Mötet fastslår att följa de medlemsavgifterna som fastställs på SSF årsmöte 2024
- 11. Fastställande av verksamhetsplan samt behandling av budget för det kommande verksamhets-/räkenskapsåret.
 - a. Verksamhetsplan
 - i. Magnus föredrar verksamhetsplanen (*bilaga 4*)
 - b. Budget
 - i. André föredrar budgeten (*bilaga 5*)
- 12. Behandling av styrelsens förslag och i rätt tid inkomna motioner.
 - a. Proposition 1(*bilaga 6*): Arrangera två tävlingar under serieomgång 3 2024
 - i. Rasmus och Magnus föredrar propositionen och förklarar bakgrunden till propositionen.
 - ii. Mötet väljer att godkänna propositionen
 - b. Proposition 2(*bilaga 7*): Förläng Stor-DM
 - i. Magnus föredrar propositionen. Jan föreslår att det även ska finnas ett vandringspris för bästa klubben på bänkpress DM. Magnus tackar för förslaget och tar med sig det till styrelsens arbete inför DM 2024.
 - ii. Mötet godkänner propositionen med tillägg att utse bästa förening för bänkpress 2024
- 13. Val av
 - a. förbundets ordförande för en tid av ett år;
 - i. Magnus föredrar valberedningens motivering för samtliga positioner (*bilaga 8*). Mötet väljer Magnus Wikström
 - b. halva antalet övriga ledamöter i styrelsen för en tid av två år;

- i. Mötet väljer André Johansson och Christina Boström
 - ii. Mötet väjer Linda-Marie Steggo som ersättare för Mikael Israelsson för en tid av ett år
- c. Val av noll till två suppleanter för en tid av ett år;
- i. Mötet väljer Arvid Asplund som suppleant (1) efter votering
 - ii. Mötet väljer Emma Grandlund som suppleant (2)
- d. En revisor jämte revisorssuppleant för en tid av ett år;
- i. Mötet väljer Alexander Björk till revisor
 - ii. Mötet väljer Julia Servin till revisorsuppleant
- e. Tre ledamöter i valberedningen för en tid av ett år, av vilka en skall utses till ordförande;
- i. Linda-Marie Steggo föreslår omval av sittande valberedning
 - ii. Mötet väljer Markus Larsson Luleå AK (Ordförande), Emil Johansson Umeå Power och Kevin Lindberg Skellefteå AK
- f. beslut om val av ombud till SF-möten (och ev andra möten där förbundet har rätt att representera med ombud);.
- i. Magnus föreslår att styrelsen utser representanter till samtliga möten där distriktet ska representeras av ombud
 - ii. Mötet röstar för Magnus förslag

14. Övriga frågor

- a. Tävlingskalendern 2024-2025
- i. Rasmus och Magnus går igenom styrelsens förslag för tävlingskalendern. Efter diskussion revideras förslaget och IKSU/Legendary AK tar serie 3 för Västerbotten istället för Umeå Power. Mötet beslutar följande tävlingskalender:
 - ii. Serie 3: IKSU/Legendary AK Västerbotten, Luleå AK Norrbotten
 - iii. DM SL/BP: Umeå Power
 - iv. Serie 1:IKSU/Legendary
 - v. Serie 2: Öjebyns AK
- b. Kostnader för domare
- i. Magnus läser upp förslaget som kom in som en sen motion och därför behandlas som en övrig fråga. Jan motiverar förslaget som innebär att föreningar som har tävlande på en tävling och ej skickar domare till tävlingar ska betala en avgift till distriktet.
 - ii. Mötet beslutar att distriktet ska utvärdera förslaget med en arbetsgrupp under våren.
- c. Information till SDF från SSF
- i. Magnus förklarar innehållet i en film från SSF och delar länken till deltagarna i mötet.

15. Mötet öppnas

- a. Magnus förklarar mötet avslutat



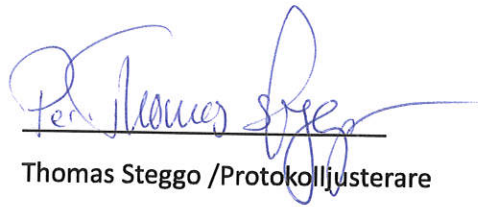
Magnus Wikström /Ordförande



Rasmus Schurmann /Sekreterare



Julia Servin /Protokolljusterare



Thomas Steggo /Protokolljusterare

Bilaga 1



Verksamhetsberättelse 2023

Övergripande

Under året har arbetet med ett fördjupat samarbete mellan distrikt och förbund gjort på initiativ av förbundsstyrelsen. Distriktet har representerats i ett så kallat distriktsledarforum, en mötesplats var 6-8:e vecka där representanter från varje distrikt samt förbundsstyrelsen sitter ner och diskuterar vad som händer ute i landet, var förbundet är på väg och hur vi kan lära av varandra och hjälpas åt i till exempel framtagandet av rutiner för att bygga starka och effektiva styrelser.

Under året har distriktsstyrelsen fortsatt arbetet med att utveckla rutiner för tävlingsverksamhet. Vi jobbar vidare med att paketera tävlingar av olika storlek på ett bättre sätt så att det ska bli lättare för fler föreningar att arrangera bra tävlingar och mästerskap.

Distriktsstyrelsen har under hösten fått tillgång till teams genom Riksidrottsförbundet. Det ger oss en effektiv plats för våra möten, planering och filhantering. Under senare delen av hösten har vi tittat på hur vi ska jobba i det för att ytterligare öka effektiviteten.

Tävlingsverksamhet

Under 2023 har det arrangerats gott om tävlingar i distriktet. Vi ser ett stort intresse och en ökad nivå på arrangemangen under året, vilket vi ser som väldigt positivt. Distriktet har även fortsatt köra det tävlingssystem som handlades upp under förra året. Distriktsstyrelsen har varit delaktiga i att komma med förbättringsförslag till utvecklaren, som sedan implementerats. Vi har även under året sett ett nytt seriesystem implementeras med en plattare struktur och väldigt mycket längre seriefönster som gett oss mer flexibilitet i tävlingsplaneringen.

Tävlingsåret i distriktet började med Kårelyftet hos Öjeby AK på Norrmalmia. Det blev en tvådagars tävling med exceptionellt många lyftare.

Under första helgen i april arrangerade Luleå AK Norrlandsmästerskapen. Tävlingen bredde ut sig på två dagar och blev en riktig lyftarfest med gott om lyftare från Mellersta och Norra Norrlands distrikt.

Tävlingen under serieomgång två hölls av Skellefteå AK i deras lokaler på Eddahallen. Väldigt glädjande att de har fått så många nya medlemmar som bidrar till

tävlingsverksamheten och att de kan vara med och arrangera tävlingar efter flera års frånvaro.

Höstens tävlingar stod IKSU kraftsport för, tillsammans med Legendary AK. Båda i IKSUs lokaler, arrangerade i olika konstellationer. De senaste åren har bänk-SM gått under serieomgång tre och styrkelyfts-DM gått under serieomgång fyra. Till 2023 provade vi att lägga ihop det till ett Stor-DM under serieomgång fyra för att locka fler lyftare.

Serieomgång 3 resulterade i en endagstävling med ett helt gäng debutanter på flaket.

Stor-DM såg ett för distriktet stort deltagarantal och spännande dueller i flertalet klasser, något vi inte har sett på flera år. Nytt även i år var ett vandringspris för bästa förening som delas ut på DM. Umeå Power tog hem vandringspriset i år, men flera klubbar var dem hack i häl.

Under årets gång har vi även gjort förberedelserna för att vara med på Barents Summer Games 2024. Styrelsen har påbörjat arbetet med att sätta upp en arbetsgrupp som kommer att sköta projektet. I nuläget har vi anmält ett lag och kommer under våren 2024 göra uttagningar.

I arbetet med att underlätta i tävlingsarrangemang har distriktet köpt in en projektor + duk för utlåning vid tävlingsarrangemang.

Domare

I samband med omfattande regeländringar från IPF till 2023 började året med en fortbildning av samtliga domare i distriktet. Fortbildningen utfördes i Luleå och bekostades av SSF.

Vi har arrangerat domarutbildning under 8–10 september där 10 nya domare har examinerats. Totala antalet domare för NNSF uppgår till 24 st. Vi har 22st distriktsdomare, en Förbundsdomare och en Internationell domare kategori 1.

Fördelat på län så ser det ut enligt nedan: Norrbotten 10 st Västerbotten 14 st

Om man ser till fördelningen klubbvis så är utfallet följande:

IKSU 5st, Luleå AK 5st, Umeå Power 4st, Öjeby AK 4st, Skellefteå AK 4st, Legendary AK 1st, Malmbergets AIF 1st.

Under februari månad så är en Messenger grupp upprättad för intern information och kontakt mellan domarna. Samtliga domare är inbjudna till gruppen.

Elitbreddläger

Elitbreddläger är ett nytt initiativ från styrkelyftförbundet. Det riktar sig till eliten under eliten, en grupp lyftare som har ambitionen att nå allra högsta nivå i sporten. Inbjudan till lägret har skett utifrån tre kategorier, landslagslyftare, lyftare som tar medalj på SM samt lovande talanger. Syftet med lägren har varit att utbilda och inspirera. Det har arrangerats två läger under 2023, båda i Luleå Atletklubbs lokaler. Båda lägren har innehållit både teoretiska och praktiska moment. Bland annat föreläsningar om kost- och kroppsvikt, antidoping, träningsplanering och rollen som coach. Utöver det har det gjorts tid för gemensam träning med möjlighet att prova på utrustning, gruppaktiviteter och diskussioner samt umgänge. Vi upplever att lägret mottogs på ett bra sätt och gav en mycket trevlig mötesplats för de tävlande på högsta nivå. Direktivet från förbundet är att detta ska vara en årligen återkommande aktivitet och distriktet är nu i planeringsfasen för kommande läger.

Utvecklingsläger

Med medel från Återstartsstöd 3 har distriktet arrangerat ytterligare ett läger under året. Denna gång riktat mot alla lyftare i distriktet. Målet var att nå ut till bredden av idrotten, med alla ålderskategorier, ambitionsnivå etc. Även detta läger gick av stapeln i Luleå under september. På plats hade vi föreläsningar om skadeprevention, kost- och kroppsvikt, samt mental träning. Vi hade även tid för gemensam träning och umgänge. Arrangörerna uppfattade det som att lägret togs emot väldigt väl och alla 27 deltagare var nöjda med innehållet och tog med sig olika delar av de teoretiska inslagen. Övergripande fick vi intrycket av att det framför allt var trevligt att umgås utanför tävlingshelgerna.

Styrelsen Norra Norrlands Styrkelyftförbund

Bilaga 2

Ekonomisk berättelse NNSF 2023

- Januari 2023 betalades kostnaden för tävlingsprogrammet vi använt oss av från Dahlgren Solutions, **2000kr**.
Största kostnaden för kontot hos Nordea dras i början av året, **1301,75kr**. Därefter tillkommer en kostnad vid tre tillfällen, som slutligen för hela året landar på **1307,10kr**.
I januari inkom årsavgiften för föreningar från SSF, **25 005kr**.
- I februari 2023 inkom stöd från SSF gällande den obligatoriska fortbildningen av samtliga domare, **4200kr**.
- Mars 2023 sker utbetalningar i form av domarersättning från serie 1/Kårelyftet, **2500kr**. Likaså reseersättningar från fortbildningen för domare, **3468kr**. Samt **3470kr** till Luleå AK som haft utlägg i samband med fortbildningen.
En sen ersättning från DM i bänkprens från föregående år betalades även ut, **250kr**.
Mobilskal till telefonerna tillhörande tävlingsprogrammet köptes in för totalt **239kr**.
- April 2023 åkte NNSF på en kostnad i form av eftertaxering från PostNord eftersom dom ansåg att försändelsen frankerats med för få frimärken, försändelsen innehöll protokollet från årsmötet 2023 som skulle skrivas under, **37kr**.
- April-juni 2023. Domarersättningar från Norrlandsmästerskapen inklusive reseersättningar för domare, **4301kr**. Även ersättningar av samma slag för serie 2, **3100kr**.
Under dessa månader fick vi in bidrag från RF SISU Norrbotten, **5227kr** och RF SISU Västerbotten, **6067kr**.
Utöver dessa bidrag fick vi tillbaka pengar från SSF för domarnas fortbildning, **4763kr**.
- Juli 2023 hade vi en utgift i form av kostnad för hemsidan från One.com Group AB, **1721,25kr**.
- September 2023. Pengar för återstartstöd SDF läger kom in från SSF, **50 000kr**.
Vi hade en representant på mötet gällande Barents Summer Games vilket medförde en reseersättning på **300kr**.
Projektur samt projektorduk köptes in under september för en kostnad på **9089kr**.
Luleå AK fick **6069kr** för utlägg dom hade haft i samband med domarutbildning.
Serie 3 gick av stapeln och det medförde domarersättningar på totalt **3600kr**.
- November/december 2023. Domarersättningar samt reseersättningar från DM i styrkelyft & bänkprens på totalt **4725kr**.
NNSF ordförande deltog på SDF-konferens med RF-SISU vilket medförde reseersättning på **1350kr**.
Utlägg för Luleå AK vid utvecklingslägret, **31 948kr**. I samband med utvecklingslägret föreläste Lars Berglund, **6875kr**. Ledararvoden vid utvecklingslägret, **2000kr**. Slutligen betalade NNSF tillbaka återstående pengar från de 50 000kr vi fått för att arrangera utvecklingslägret, **9128kr**.

Sammanställning ekonomi 2023

NNSF ekonomiöversikt verksamhetsår 2023

Inkomster		Utgifter	
SSF (medlemsavgifter)	25 005	Domarfortbildning + reseersättning	6938
SSF (fortbildning domare bidrag)	4 200	Domarersättning + reseersättning	18 476
SSF (fortbildning domare ersättning)	4 763	Reseersättning övrigt	1 650
SSF (återstartsstöd läger)	50 000	Domarutbildning	6069
RF SISU Norrbotten	5227	Utvecklingsläger	39 023
RF SISU Västerbotten	6067	Utvecklingsläger återbetalning SSF	9128
		Projektor + duk	9089
		Tävlingsprogram	2000
		Hemsida	1721,25
		Mobilskal	239
		PostNord	37
		Konto Nordea	1307,1
Σ	95 262	Σ	99 327

2023-01-01 67 906,51 kr

2023-12-31 63 840,91 kr

/Kassör André Johansson
2024-02-18

Bilaga 3



Revisionsberättelse för NNSF, Verksamhetsår 2023

Datum: 7/3 - 2024

Vi, de vid årsmötet valda revisorerna, har utfört en noggrann revision av NNSF:s årsredovisning för räkenskapsåret 2023-01-01 – 2023-12-31. Vår revision omfattade granskning av föreningens inkomster, utgifter samt överensstämmelse mellan plusgiro och huvudbokens saldo.

Efter noggrann granskning kan vi med tillförsikt konstatera att årsredovisningen är korrekt upprättad och ger en rättvisande bild av föreningens finansiella ställning per den 31 december 2023.

Förslag till årsmötet:

1. Att årsmötet fastställer balansräkningen per den 31 december 2023.
2. Att årsmötet beviljar styrelsen ansvarsfrihet för den tid revisionen omfattar.

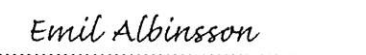
Vi tackar för förtroendet att utföra denna revision och står till förfogande för eventuella frågor.

Undertecknat 7/3 - 2024:

Luleå, 2024


Alexander Björk, Revisor

Umeå, 2024


Emil Albinsson, Revisor

Bilaga 4



Verksamhetsplan 2024

Verksamhetsåret 2024 kommer till stor del innehålla vidare arbete med projekt startade under 2023.

Övergripande

Början av 2024 har varit hektiskt, det har visat på behovet av samarbete mellan föreningar, distrikt och förbund. Därför gör vi en ny satsning i form av Ordförandeträffar, inspirerat av Östra Svealands SF. Ordförandeträffarna kommer vara en mötesplats där vi sitter ner och pratar nuläge och verksamhetsutveckling, ordföranden emellan. Tidsplanen är att det ska komma i gång under april månad och vara ett återkommande forum var 8e vecka.

Arbetet med "Ordning och rutin"-projektet där vi tar fram arbetsrutiner och uppdragsbeskrivningar fortsätter under året. Här har tillgången till MS teams varit ett bra startskott under föregående år. Vi planerar att fortsätta i den takten och till årets slut ha färdigställt all dokumentation gällande distriktets verksamhet.

Vi spår att distriktets verksamhet kommer bli mer synlig för sina medlemsföreningar under närmaste år. Framtagning av grafisk profil är ett steg i ledet av att göra tillåta detta på ett professionellt sätt. Barents Summer Games är deadline för ny logotyp.

Tävlingsverksamhet

Tävlingskalendern kommer att fortlöpa enligt plan. Vi hoppas fortsätta se god tillväxt i sporten och att fler föreningar kan ta ett större ansvar för tävlingsarrangemangen under året som kommer. Till det behöver vi titta på kostnaderna för mästerskap tävlingar generellt.

En stor utgift under 2024 har varit för att ersätta domare som reser till och från tävlingar. Under 2024 har styrelsen i uppgift att utreda om det går att göra på ett bättre sätt och om de föreningar som inte bidrar med domare kan ersätta det på något vis. Till det krävs att vi fortsätter utbilda distriktsdomare. Just nu finns ingen utbildning inbokad men distriktets domaransvarig kommer att utreda behov inför hösten för att täcka upp nästa års tävlingskalender.

NNSF har anmält ett lag att delta på Barents Summer Games i Kemi, Finland 23-25 augusti. Laguppställningen är inte klar men kommer att tas ut under senare delen av våren. Laget består av 5 atleter + 3 reserver, mellan 15-25 år, samt en coach, en ledare och en internationell domare. Arbetsgruppen med André Johansson NPC och Alexander Björk Luleå AK, kommer under våren att planera detta med stöd av distriktets styrelse.

Lägerverksamhet

Det finns för avsikt från förbundets sida att fortsätta serien med Elitbreddläger under 2024. Lägren är en satsning finansierat av SF som riktar in sig på att höja nivån på "eliten under eliten". Luleå AK har

arrangerat två läger och har anmält intresse att göra ytterligare ett under 2024. Vi inväntar riktlinjer från förbundet för hur årets tappning av lägret ska se ut.

Demokrati i idrotten

Under hösten 2023 påbörjades arbetet med en enkätundersökning riktad till alla föreningsmedlemmar. Den syftar till att undersöka hur lyftare ställer sig till demokratin i idrottsrörelsen samt öka förståelse för hur verksamheten ser ut i distriktets föreningar.

På samma ämne fortsätter vi projektet "Verksamhet i fler kommuner". Flertalet av våra föreningar i inlandet har på senare år tappat tävlande samtidigt som det finns kala fläckar vad det gäller atletklubbar vill vi utreda hur vi kan stärka upp och förankra vår idrott på fler platser. Arbetsgruppen har påbörjat arbetet mot Lycksele kommun.

Styrelsen

Norra Norrlands Styrkelyftförbund

Bilaga 5

NNSF BUDGETPLAN 2024

INKOMSTER		UTGIFTER	
	BELOPP		BELOPP
SSF Medlemsavgifter	21 780	Domarersättning + reseersättning	15 000
SSF Elitbreddläger	25 000	Domarutbildning	5 000
RF SISU Norrbotten	5227	SSF Elitbreddläger	25 000
RF SISU Västerbotten	6067	Hemsida	1800
		Konto Nordea	1400
		Barents Summer Games (BSG)	5 000
		Representationskläder BSG	2000
		DM-priser	3000
		DM-priser 2023	3417
TOTALBELOPP			61 617
	58 074		

Bilaga 6

Proposition 1: Arrangera serie 3 på två orter hösten 2024

Då distriktet nu har tillräckligt många domare för att arrangera två tävlingar under samma seriefönster föreslår styrelsen att det ska finnas två serietävlingar i distriktet under seriefönster 3. Att ha två mindre enklare tävlingar ger fördelar som kortare restid, det blir lättare att arrangera tävlingen och mindre press för nya lyftare som vill tävla.

Förslag: Att distriktet verkar för att arrangera två tävlingar under seriefönster 3. En tävling i Västerbotten och en i Norrbotten.

Rasmus Schurmann

På uppdrag av styrelsen

2024-02-18

Bilaga 7

Proposition 2: Förläng Stor-DM

Bakgrund

Årsmötet 2023 beslutade att distriktet till hösten 2023 skulle slå samman styrkelyfts- och bänkpress-DM till ett evenemang. Det beslutades att ändringen skulle göras på prov under ett år för utvärdering. Detta genomfördes under serieomgång 4 i Umeå där IKSU kraftsport arrangerade Stor-DM tillsammans med Legendary AK. Följande är en utvärdering av genomförandet följt av ett förslag till förlängning.

Utvärdering

2021: 15+1 deltagare på bänk-DM i Umeå.

2022: 10 deltagare på bänk-DM i Umeå.

2023: 19+3 deltagare på bänk-DM (tillsammans med SL-DM) i Umeå.

Styrelsen ser ett ökat deltagarantal, vilket var målet. Dock kan det bero på ytterligare aspekter; att tävlingen går på en mer attraktiv tid på året, att antalet tävlande i bänkpress har ökat generellt.

Förslag

Förslaget från styrelsen är att distriktet fortsatt kör den nya uppsättningen med ett Stor-DM under serieomgång 4 under 2024 och tar ett bestående beslut till efterföljande tävlingsår.

Magnus Wikström

På uppdrag av styrelsen

2024-02-20

Bilaga 8

valberedningens förslag för år 2024

ordförande: Magnus Wikström

kassör: André Johansson

sekreterare: Chrstina Boström

Ledamot :Rasmus Schurmann (Tävlingsansvarig)

Ledamot : Linda-Marie Steggo (Domaransvarig)

Suppleant: Arvid Asplund. Julia servin

Suppleant :Emma Granlund

Motivering

Valberedningen Ger tidigare Styrelsemedlemmar förtroende att fortsätta sitt engagemang i NNSF

Ert arbete har inte gått obemärkt förbi. Ni leder Norranorrlandsförbund i rätt riktning

För kommande årsmötet föreslår valberedningen även några nya namn till styrelsen de har utmärkt sig på klubb nivå, Så valberedningen tror att dom kommer att passa väl in i NNSF styrelse

MVH Valberedningen