



Sande Kraftsportklubb

Årsmøte 2017

Styret
07.03.2018



Innhold:

Saksliste	Side 3
Forretningsorden	Side 3
Styrets beretning	Side 4 - 16
Regnskap	Side 17 - 18
Forslag	Side 18
Budsjett	Side 19
Valg	Side 20



Sakliste

1. Godkjenne de stemmeberettigete.
2. Godkjenne innkallingen, saklisten og forretningsordenen.
3. Velge dirigent, referent, samt to medlemmer til å underskrive protokollen.
4. Behandle årsberetning.
5. Behandle regnskap i revidert stand.
6. Behandle forslag og saker.
7. Fastsette medlemskontingent og treningsavgift.
8. Vedta budsjett.
9. Foreta følgende valg:
 - a) Leder og nestleder
 - b) Øvrige styremedlemmer og vara medlemmer
 - c) To revisorer
 - d) Representanter til ting og møter i de organisasjonsledd idrettslaget har representasjonsrett eller gi styret fullmakt til å oppnevne representantene.
 - e) Valgkomité med leder, to medlemmer

Forretningsorden

1. Årsmøtet ledes av den valgte dirigenten.
2. Protokollen føres av den valgte sekretæren.
3. Ingen representant gis rett til ordet mer enn 3 ganger i samme sak. Med unntak for innledningsforedrag settes taletiden til: 5 min. første gang og 3 min. andre gang og 2 min. tredje gang.
4. Dirigent kan forkorte taletiden og sette strek for talelisten etter behov.
5. Representanter som forlanger ordet til forretningsordenen har 1 min. taletid.
6. Alle forslag må leveres skriftlig til dirigenten, og være undertegnet med representantens navn. Forslag kan bare fremmes i saker som står på saklisten. Tidligere forslag kan ikke trekkes tilbake og nye forslag ikke settes fram etter at strek er satt, eller saken er tatt opp til votering.
7. Med unntak av lovendringer avgjøres alle vedtak og valg ved flertall av de avgitte stemmer. Blanke stemmesedler teller ikke, og stemmene regnes som ikke avgitt.
8. I protokollen føres det inn hvem som har hatt ordet i sakene, forslag og vedtak med antall stemmer for og imot



Styrets beretning

Styrets sammensetning

Leder	Jan Sjøl
Nestleder	Fredrik Sørbø
Kasserer	Morten Engnes
Sekretær	Lise Engnes
Styremedlem 1	Martin Eriksen
Styremedlem 2	Ingunn Leifsdatter
Varamedlem 1	Flemming Vestergaard
Varamedlem 2	Stine Hamre
Varamedlem 3	Liv Onseng
.	
Revisor 1	Sverre Paulsen
Revisor 2	Geir Korvald

Valgkomité

Leder: Per Ove Sjøl
Medl. 1: Lars Edvin Samnøy
Medl. 2: Lena Sjøl

Styremøter

Det har i 2017 blitt avholdt 11 styremøter og 1 årsmøte. Det er behandlet 25 nye styresaker, samt oppfølging av noen saker fra 2016. I tillegg faste poster som: Post, økonomi, medlemspleie og rektuttering.

Presseansvarlig

Jan Sjøl har fungert som presseansvarlig i 2017. Dette innebærer å få klubben ut i media, koordinere og redigere stoff vi ønsker å publisere. Sande Avis har publisert stoff som er sendt inn. Delvis også Drammens Tidende.

Klubblege

Yves Florelius har vært klubbens lege i 2017 og avtalen er fornyet for ett år til. Kontakt med klubblege må gå via styret. Klubblegen har hatt 1 henvendelse i løpet av året.

Webansvarlig

Raymond Madsen og Morten Engnes sørger for å holde websidene våre oppdatert. Jan Sjøl sørger for å legge ut stoff på Facebook siden og Facebook gruppene våre.

Renhold

Cecilie Haugen har stått for renholdet i klubblokalene i 2017. Det har vært avtalt rengjøring hver 14. dag.



Medlemsregister

Sande KK benytter Norges Idrettsforbunds egenutviklede medlemsregister KlubbAdmin. Ingunn Leifsdatter og Morten Engnes har hatt ansvaret for dette i 2017.

Klubblokalet

Klubben disponerer et rikt utstyrt treningslokale på ca. 410 kvm og vi kan arrangere store mesterskap uten å måtte låne inn utstyr.

Det er i 2017 kjøpt inn nytt utstyr for kr.35.500

Treningsveiledning

Vi har hatt treningsveiledning på mandager mellom kl.18 og 20. Denne oppgaven er fordelt på 8 personer. Ved 4 vakter eller mer bortfaller treningsavgiften. Vi har ikke veiledere i skolens ferier. Ingunn Leifsdatter har organisert treningsveiledningen.

Antidoping

Klubben er sertifisert som Rent Idrettslag. Antidopingkonakt har vært Jan Sjøl.

Jan Sjøl deltok på 3 antidopingseminarer og samlinger i 2017.

Styret har bestemt at ALLE liseniserte løftere skal ta e-læringskurset "Ren utøver". Liv Onseng har organisert og fulgt opp dette første del av året, etter dette har Jan Sjøl hatt oppgaven.

Sosialt

I forbindelse med Åpent stevne (Sommerstevne) 10. juni, ble det arrangert grillfest hos Morten og Lise etter stevnet. Her ble det delt ut ferdighetsmerker til kvalifiserte Ungdom og Juniorløftere.

I forbindelse med åpent NM Utstyrsfritt, spanderte klubben bankett på alle klubbens løftere og alle som var med og bidro under mesterskapet. Ikke alle deltok på banketten.

Julestevne/klubbmesterskap med påfølgende julebord ble arrangert 16. desember med 28 påmeldte. Klubben spanderte på skivepåsettere og dommere.

Utmerkelser

Ali Hamdan ble beste Ungdomsløfter i NM Benkpress Utstyrsfritt

Kjell Egil Bakkeland ble beste løfter på åpent NM Styrkeløft Utstyrsfritt

Jacob Florelius fikk 2. bestemannspremie for junior i NM Benkpress Utstyrsfritt

Lena Sjøl ble beste juniorløfter i NM Benkpress Utstyrsfritt

Lena Sjøl fikk 2. bestemannspremie i Junior NM Styrkeløft

Ali Hamdan fikk bestemannspremie i Ungdoms NM Benkpress

Jacob Florelius fikk 2. bestemannspremie i Ungdom NM Benkpress

Eline Skalleberg Jørgensen fikk 2. bestemannspremie i Åpent NM Styrkeløft

Lena Sjøl fikk 3. bestemannspremie i åpent NM Utstyrsfritt

Ali Hamdan fikk bestemannspremie for NM Ungdom Utstyrsfritt Styrkeløft

Ali Hamdan fikk bestemannspremie for Ungdom Utstyrsfritt NM Benkpress

Ali Hamdan fikk 3. bestemannspremie for Ungdom Utstyrsfritt VM Styrkeløft

Jøran langset fikk 2. bestemannspremie i V 40-49 NM Styrkeløft



Sande KK ble nest beste klubb og fikk sølv i NM for lag på åpent NM Styrkeløft
Sande KK ble nest beste klubb og fikk sølv i NM for lag på åpent NM Styrkeløft Utstyrsfritt
Lena Sjøl ble kåret til årets styrkeløfter i Region Østafjell
Ali Hamdan ble årets Styrkeløfter i Sande KK
Ali Hamdan og Gjøran Langset ble årets Benkpresser i Sande KK
Ali Hamdan vant vandrepokalen for beste løfter på klubbmesterskapet i Styrkeløft uansett klasse og kategori
Jacob Florelius vant vandrepokalen for beste løfter på klubbmesterskapet i Benkpress uansett klasse og kategori
Ingen har oppnådd "bøtta" for 50 stevnestarter i benkpress eller styrkeløft i 2017.
Sverre Paulsen og Jan Sjøl fikk Regionens platinamerke for å ha dømt 100 stevner

Økonomi

Vi har i 2017 benyttet DNB som bankforbindelse. Leder Jan Sjøl og kasserer Morten Engnes disponerer kontoen. Klubben har også avtale om VIPPS.

Dugnader

Martin Eriksen har vært dugnadsansvarlig, har vært ansvarlig for vedlikehold.
Vi har avholdt 1 dugnad med vedlikehold av lokale og utstyr hvor ca 20 medlemmer deltok.
Ut over dette har utstyr blitt vedlikeholdt ved behov.

Skivepåsettere

Martin Eriksen og Stine Hamre har hatt ansvaret for å skaffe skivepåsettere.

Lagledere

Fredrik Sørbø har hatt ansvaret for å skaffe og organisere lagledere på RM og NM.

Årsberetning Ungdomsgruppa Sande KK 2017

Ungdomsgruppa har i løpet av året hatt til sammen 7 medlemmer. 2 av medlemmene er jenter, 5 er gutter. 3 medlemmer satset på benkpress enkeltløft, 1 var rekrutt, 1 av medlemmene ønsket kun å delta i styrkeløft og 3 satset på deltagelse i både benkpress og styrkeløft. 6 av medlemmene har deltatt i konkurranser. 1 meldte seg ut i løpet av året.
Ressurspersoner i Ungdomsgruppa har vært leder, trener og administrator Jan Sjøl, trenere Jan Sjøl og Lars Samnøy og klubblege Yves Florelius. Tillitsvalgt representant for utøverne har vært Stine Hamre, som også har vært varamedlem i Sande KK sitt styre.
Hvert av medlemmene hadde en planleggingssamtale før sesongen som ble lagt til grunn for deltagelse i stevner og mesterskap. Denne er også lagt til grunn ved utarbeidelse av treningsprogram. Alle gjenværende medlemmer har hatt en evalueringssamtale etter sesongslutt. 1. medlem ønsket ikke å forsette i gruppa. Alle medlemmene har satt seg personlige idrettslige mål.

Det har på forespørsel vært avholdt oppfølgingstreninger i løpet av året. Dette har ikke fungert optimalt. Det er opprettet egen Facebukk-gruppe. I skolens ferier har det ikke vært noen oppfølging.



Ungdomsgruppas løftere hadde planlagt 54 deltagelser i stevner og mesterskap. 23 i styrkeløft og 31 i benkpress. De deltok i 17 styrkløftstevner og 18 benkpressstevner. Det resulterte i 25 førsteplasser og 3 andre plasser.

4 av løftere har klart kvalifiseringskravet til NM Benkpress for Ungdom, og alle deltok. 4 løftere kvalifiserte seg til NM Styrkeløft for Ungdom og 4 deltok. 2 løfter kvalifiserte seg for åpent NM Styrkeløft, begge deltok.

I Sandecup`n ble det i Styrkeløft en 4., en 5. og en 8.plass, i Benkpress 1. plass.

I Regionens Benk Cup, ble det en 1. plass og en 2. plass.

I RM benkpress ble det tre 1. plasser.

I RM styrkeløft ble det fire 2. plasser.

I NM Benkpress Ungdom ble det 2 gull, 1 sølv og en 5. plass. Det ble også 2 stk 1. og 2. bestemannspremie.

I NM Styrkeløft Ungdom ble det 2 gull og 1 sølv sammenlagt. Og 1. og 2. bestemannspremie på poeng.

I Nordisk mesterskap ble det 2 gull, 1. og 2. bestemannspremie på poeng.

En løfter ble Europamester Utstyrsfritt styrkeløft, og fikk gull i alle grenøvelser, samt ble beste poengløfter.

En løfter ble Verdensmester Utstyrsfritt styrkeløft. Han fikk 1 gull og 2 sølv i deløvelsene.

3 av gruppas medlemmer har satt 30 norske rekorder, ungdom, junior og åpen klasse, uten utstyr. 2 løfter har satt 18 Nordiske, 9 Europarekorder og 5 Verdensrekorder.

Løfterne opparbeidet seg til sammen kr.27.900 i bonuser som kunne benyttes til kjøp av personlig utstyr, og det ble av dette benyttet kr.27.776.- Resten, kr.11.131.- overføres til 2018, inkludert det som ble overført fra 2016.

Alle medlemmene av Ungdomsgruppa fikk 2 T-skjorter merket "Sande KK", "Ungdomsgruppa" og "Sande KK satser på meg". Og laglederne har mottatt T-skjorter merket "Ungdomsgruppa" på brystet, og "Sande KK satser på dere" på rygg.

I Styrkeløft har 1 ny løfter klart kravet til Sølvmerket, 2 nye Gullmerket og 1 ny kravet til Elitemerket ved utgangen av året.

I Benkpress har 1 ny løfter klart kravet til Sølvmerket, 2 nye Gullmerket og 1 ny kravet til Elitemerket ved utgangen av året.

I Sandecup`n styrkeløft ble det 3. og 7. plass..

I Sandecup`n i benkpress ble det 3., 4. og 5. plass.

1 løfter er tatt ut på Regionslaget og 1 løfter på Junior/Ungdomslandslaget.

Alle medlemmene har fått tilbud om individuelle treningsprogram, flere har benyttet seg av dette.

Ingen medlemmer av gruppen har benyttet seg av klubblegen i løpet av året.

Ingen av medlemmene har benyttet seg av nøkkeltkort.

Ungdomsgruppa har sin egen link på Sande KK sin hjemmeside og egen Facebook-gruppe..

Kontakt mellom medlemmer, leder og trener i gruppa har foregått på e-post, telefon og personlige treff, møter og via Messenger.

2017 har vært en sportslig, og resultatmessig blandet år for Ungdomsgruppa, fra topp niva, til liten bredde. Rekrutteringen tok seg opp mot slutten av året.

2 av Ungdomsgruppa sine medlemmer er flyttet over til Juniorgruppa ved årets slutt.

Gruppas leder er aktiv med i Antidopingarbeid, og har deltatt på 3 møter og konferanser i løpet av året.



Årsberetning Juniorgruppa Sande KK 2017

Juniorgruppa har i løpet av året hatt til sammen 8 medlemmer. 4 av medlemmene er jenter, 6 er gutter. 1 medlem satset på benkpress enkeltløft, 2 satset på styrkeløft og 5 satset både i benkpress og styrkeløft. Alle medlemmene har deltatt i konkurranser. 4 av medlemmene ble senior etter 2017.

Ressurspersoner i Ungdomsgruppa har vært leder, trener og administrator Jan Sjø, trener Per Ove Sjø og Lars Samnøy. Klubblege har vært Yves Florelius. Tillitsvalgt representant for utøverne har vært Stine Hamre, som også er varamedlem i styret.

Hvert av medlemmene hadde før sesongstart en planleggingssamtale som ble lagt til grunn for deltagelse i stevner og mesterskap. Denne er også lagt til grunn ved utarbeidelse av treningsprogram. Og alle gjenværende medlemmer har hatt en evalueringssamtale i slutten av året. Alle medlemmene har satt seg personlige idrettslige mål.

Det har vært sporadiske oppfølgingstreninger i løpet av året. Dette har delvis fungert for de som har ønsket oppfølging. I skolens ferier, var det ingen oppfølging.

Juniorgruppas løftere hadde planlagt deltagelse i 27 styrkeløftstevner og 16 benkpresstevner. Det ble 25 deltagelser i styrkeløft og 9 i benkpress. Dette resulterte i 17 førsteplasser, 12 andreplasser og 12 tredjeplasser.

6 løftere har klart kvalifiseringskravet til NM Benkpress, med 7 deltagelser med og uten utstyr. 5 løftere var kvalifiserte til NM Styrkeløft for Junior, med 8 deltagelser med og uten utstyr. 5 løftere klarte kvalifiseringskravet for NM Styrkeløft åpen klasse, med 7 deltagelser med og uten utstyr. 1 løfter deltok på European Classic Cup, 2 løftere deltok på EM og 2 på VM.

Ingen deltok i Regionens Benk Cup.

I RM Benkpress ble det 1 sølv..

I RM styrkeløft ble det 3 førsteplasser uten utstyr, ingen deltok med utstyr.

I NM Benkpress Junior med utstyr ble det 1 sølv.

I NM Benkpress Junior utstyrsfritt ble det 2 gull.

I Nordisk mesterskap ble det en 4. plass i styrkeløft utstyrsfritt.

I EM Utstyrsfritt ble det en 4. plass.

I EM med utstyr ble det 2 sølv sammelagt, 2 gull i markløft, 1 sølv i benkpress, 2 sølv i knebøy.

I VM med utstyr ble det 2 bronse sammelagt, 1 gull og 1 bronse i markløft, 2 bronse i knebøy. 3 nye løftere mottok Sande KK profileringsgenser for å ha kvalifisert seg og deltatt på NM.

Gruppas medlemmer opparbeidet seg til sammen kr.22.600 i bonuser som kunne benyttes til kjøp av personlig utstyr, og det ble kjøpt inn utstyr kr.22.826.- Til rest står nå kr.22.039.- som overføres til 2018, inkludert det som ble overført fra 2016.

I Benkpress har 1 ny løftere klart kravet til Bronsemerket, 1 løfter kravet til Sølvmerket

I Styrkeløft klarte 1 løftere kravet til Bronsemerket, 1 løfter kravet til Sølvmerket og 1 ny løftere kravet til Elitemerket ved utgangen av året.

2 av gruppas medlemmer er Regionsdommer.

Ingen av medlemmene har vært tatt ut til Regionslaget.

4 av gruppas medlemmer ble tatt ut på landslaget i løpet av året.

Alle medlemmene har fått tilbud om individuelle treningsprogram, 6 har benyttet seg av dette.

1 av medlemmene har benyttet seg av klubblegen i løpet av året.

4 av medlemmene har benyttet seg av nøkkelkort.

Kontakt mellom medlemmer, leder og trenere i gruppa har foregått på e-post, telefon og personlige treff, møter og Messenger.



2017 har vært sportslig og resultatsmessig et meget godt år for Juniorgruppa men med dalene deltagelse i stevner.

Gruppas ledere er aktiv med i Antidopingarbeid, og har deltatt på 3 møter og konferanser i løpet av året.

Representasjon

Sande KK har i 2017 vært representert i følgende forum:

Tinget i NSF

Lise Engnes

Morten Engnes

Lars Edvin Samnøy

Regionstinget i Region Østafjell

Geir Gregersen

Verv

Region Østafjell

Geir Gregersen (leder)

Heidi Solberg (nestleder)

Hege Berge (styremedlem)

Sverre Paulsen (revisor 1)

Tonje Kristin Jensen (revisor 2)

Morten Engnes (valgkomite)

Lise Engnes (valgkomite)

Lars Edvin Samnøy (regions trener)

Jan Sjøøl (dommeransvarlig)

Norges Styrkeløftforbund

Landslagssjef Junior Lars Edvin Samnøy

Sande Idrettsråd

Styremedlem: Fredrik Sørbø

Årsmøte : Jan Sjøøl

Møter med Sande Kommune, Kulturkontoret og politikere: Jan Sjøøl, 2 møter

Medlemstall og lisenser

Det var 472 betalende medlemmer i Sande KK 2017. Dette var en nedgang på 20 stykker fra året før. Det ble løst lisens for 47 løftere i 2017.

148 stk. disponerte nøkkelkort i 2017

Medlemsoversikt 2017

Alder	0-5	6-12	13-19	20-25	26-	Sum
Kvinner	1	5	34	26	103	169
Menn	0	10	88	54	151	303
Sum	1	15	122	80	254	472



Arrangement 2017

Sande KK har i 2017 arrangert følgende stevner:

Regionmesterskap i Styrkeløft utstyrfritt
Klubbmesterskap benkpress og styrkeløft
Åpent stevne benkpress og styrkeløft
Norgesmesterskap Åpent Utstyrfritt styrkeløft
Julestevne benkpress og styrkeløft

Dommeraktivitet 2017

Navn	Klubb	Kategori	Nummer	Rep.kurs	Puljer	Stevner	Oppgaver NM	Internasjonalt
Jan Sjø	SKK	I 2	232	2021	35	8	28	0
Sverre Paulsen	SKK	F	233	2021	23	11	13	0
Per Ove Sjø	SKK	R	327	2020	7	5	0	0
Lena Sjø	SKK	R	903	2021	5	3	0	0
Geir Korvald	SKK	F	554	2021	12	6	6	0
Jørn Ove Pedersen	SKK	F	555	2020	15	6	9	0
Hege Berge	SKK	F	614	2017	0	0	0	0
Bjørn Grønvold	SKK	R	615	2020	1	1	0	0
Thomas Steinnes Nordqvist	SKK	R	732	2019	4	4	0	0
Maren Njøs Kurdøl	SKK	R	883	2020	5	8	0	0
Geir Gregersen	SKK	R	885	2020	4	3	0	0
Viggo Nordby Holtan	SKK	R	767	2019	4	3	0	0
Anne Marie Hveding	SKK	F	768	2018				
Eivind Sjø	SKK	R	902	2021	0	0	0	0
Sum					115	58	56	0



Uteksaminert 2017

Lena Sjøl	SKK	R	903
Eivind Sjøl	SKK	R	902

Utgår som dommere 2017

Ingen			
-------	--	--	--

Repetisjonskurs 2017

Jan Sjøl	Sande KK	I 2	232
Sverre Paulsen	Sande KK	F	233
Geir Korvald	Sande KK	F	554
Jørn Ove Pedersen	Sande KK	F	555

Stevnedeltagelse 2017

RM Styrkeløft Utstyrsfritt Sande 14.01.17

1. plass	Stine Hamre	JR 84	422,5 kg	387,94 p
1. plass	Eline Skalleberg Jørgensen	Åpen 63	375 kg	408,15 p
1. plass	Lene Thoren	Åpen 84+	433 kg	345,45 p
2. plass	Silje Møglestue Jacobsen	Åpen 84+	362,5 kg	315,56 P
1. plass	Oscar Due Wang	U 66	407,5 kg	321,15 p
1. plass	Ali Hamdan	U 93	658 kg	414,87 p
1. plass	Jacob Florelius	JR 83	555 kg	393,66 p
1. plass	Eivind Sjøl	JR 93	570 kg	362,46 p
1. plass	Jason Granholt	Åpen 93	547,5 kg	344,98 p
1. plass	Jøran Langset	V40-49 74	605,5 kg	436,81 p
1. plass	Ruben Gjelsnes	V 40-49 93	585 kg	369,9 p
3. plass	Tommy Ødegård	V 40-49 93	402,5 kg	255,27 p
1. plass	Yves Florelius	V50-59 120	390 kg	232,75 p
1. plass	Jan Helge Rustan	V50-59 +120	512,5 kg	293,56 p

EM Utstyrsfritt Thisted Danmark 12.03.17

4. plass	Katrine Sundal Haune	JR 63	365 kg	398,58 p
1. plass	Ali Hamdan	U 93	680,5 kg	427,56 p



NM Benkpress Frogner 25.03.17

6. plass	Maren Njøs Kurdøl	Åpen 84	117,5 kg	108,16 p
2. plass	Lene Thoren	Åpen 84+	150 kg	119,67 p
1. plass	Heidi O. Solberg	V 40-49 57	77,5 kg	87,6 p
2. plass	Jacob Florelius	JR 83	170 kg	114,51 p
1. plass	Jøran Langset	Åpen 74	155 kg	112,75 p
2. plass	Geir Gregersen	V40-49 93	225 kg	141,35 p
3. plass	Geir Runar Korvald	V50-59 105	205 kg	122,67 p

NM Utstyrsfritt styrkeløft U/JR/V Bergen 28.-30.04.16

1. plass	Katrine Sundal Haune	JR 63	366,5 kg	398,28 p
2. plass	Oscar Due Wang	U 66	417,5 kg	328,03 p
1. plass	Andre Sørлие Nilsen	JR 83	555,5 kg	372,24 p
1. plass	Ali Hamdan	U 93	685 kg	431,76 p
3. plass	Jacob Florelius	JR 83	580 kg	388,37 p
5. plass	Eivind Sjøøl	JR 93	542,5 kg	352,41 p
2. plass	Ruben Hoffman Gjelsnes	V40-49 93	607,5 kg	384,97 p

EM Styrkeløft JR og Åpen Malaga Spania 08.-11.05.17

2. plass	Lena Sjøøl	JR 63	482,5 kg	529,93 p
2. plass	Stine Hamre	JR 84	555 kg	505,66 p
2. plass	Eline Skalleberg Jørgensen	Åpen 63	532,5 kg	571,91 p

NM Styrkløft Åpen Hell 1.-2.06.17

1. plass	Eline Skalleberg Jørgensen	63	520 kg	562,5 p
2. plass	Lena Sjøøl	63	485 kg	547,47 p
2. plass	Stine Hamre	84	560 kg	512,57 p
2. plass	Lene Thoren	+ 84	542,5 kg	431,83 p

VM U/JR/V Utsryrsfritt Styrkeløft Minsk Hviterussland 15.06.2017

1. plass	Ali Hamdan	U 93	699 kg	440,02 p
1. plass	Jøran Langset	V40-49 74	612,5 kg	446,88 p

Klubbmesterskap i Benkpress og Styrkeløft 10.06.2017

1. plass	Sigrid Kristensen	Åpen 63	327,5 kg	354,94 p
1. plass	Stine Liverød	Åpen 72	417,5 kg	407,48 p
2. plass	Stina Christiane Valmestad	Åpen 72	292,5 kg	289,87 p
1. plass	Heidi Ottesen Solberg	V40-49 63	365 kg	419,79 p
1. plass	Lise Engnes	V50-59 63	70 kg	75,68 p
1. plass	Oscar Due Wang	U66	417,5 kg	328,24 p
1. plass	Andre Sørлие Nilsen	U83	570 kg	380,76 p
1. plass	Ali Hamdan	U93	672,5 kg	422,46 p
1. plass	Jacob Florelius	JR 83	590 kg	393,93 p
2. plass	Eivind Sjøøl	JR 83	500 kg	338,45 p
3. plass	Stian Engnes Horne	JR 83	437,5 kg	296,36 p
1. plass	Dag Terjesen	V40-49 83	475 kg	322,0 p
1. plass	Tommy Ødegård	V40-49 93	442,5 kg	278,6 p



1. plass	Jan Helge Rustan	V50-59 +120	482,5 kg	275,6 p
1. plass	Sverre Paulsen	V60-69 66	50 kg	39,81 p

VM Styrkeløft Utstyrsfritt Minsk Hviterussland 23.06.17

1. plass	Kjell Egil Bakkelund	74 kg	757 kg	546,48 p
----------	----------------------	-------	--------	----------

EM Styrkeløft Veteran Pilzen Tjekkia 11.07.2017

2. plass	Heidi Ottesen Solberg	V40-49 57	362,5 kg	425,1 p
3. plass	Geir Gregersen	V40-49 93	772,5 kg	487,29 P

WEC Utstyrsfritt Hamm Luxemburg 14.09.2017

3. plass	Stine Liverød	72	428,5 kg	421,9 p
1. plass	Lena Sjøøl	63	383 kg	431,18 p

Nordisk U/JR Stykeløft Utstyrsfritt Fræna 14.09.2017

1. plass	Andre Sørli Nilsen	U 83	590,5 kg	394,87 p
1. plass	Ali Hamdan	U 93	700 kg	439,74 p
4. plass	Jacob Florelius	JR 83	585 kg	390,85 p

VM Styrkeløft Junior Orlando Florida USA 28.08.2017

3. plass	Lena Sjøøl	63	495 kg	551,78 p
3. plass	Stine Hamre	84	560 kg	514,19 p

RM Benkpress 30.09.17

2. plass	Jacob Florelius	JR 93	170 kg	112,97 p
2. plass	Fredrik Sørbo	Åpen +120	250 kg	141,03 p
1. plass	Geir Gregersen	V40-49 93	225 kg	141,66 p
1. plass	Jan Helge Rustan	V50-59 +120	165 kg	94,53 p

RM Benkpress Utstyrsfritt 30.09.17

1. plass	Sigrid Kristensen	Åpen 63	82,5 kg	88,79 p
1. plass	Stina Christiane Walmestad	Åpen 72	62,5 kg	61,14 p
1. plass	Oscar Due Wang	U74	100 kg	75,75 p
1. plass	Andre Sørli Nilsen	U 93	127,5 kg	82,86 p
1. plass	Ali Hamdan	U105	162,5 kg	101,68 p
2. plass	Theo Grønvold	Åpen 83	122,5 kg	85,95 p
1. plass	Bjørn Grønvold	V 40-49 +120	140 kg	77,17 p
1. plass	Sverr Paulsen	V60-69 66	50 kg	39,3 p

VM Styrkeløft Veteran Sundsvall Sverige 01.10.17

3. plass	Jøran Langset	V40-49 74	677,5 kg	490,44 p
3. plass	Geir Gregersen	V40-49 93	782,5 kg	493,37 p

NM Åpen Styrkeløft Sande 20.-22.10.17

2. plass	Lena Sjøøl	63	400 kg	447,36 p
5. plass	Katrine Sundal Haune	63	382,5 kg	411,65 p
9. plass	Sigrid Kristensen	63	352,5 kg	380,77 p



3. plass	Stine Liverød	72	422,5 kg	415,06 p
10. plass	Anneli Simonsen	72	370 kg	378,25 p
22. plass	Stina Christianne Walmestad	72	317,5 kg	315,56 p
3. plass	Stine Hamre	84	435 kg	399,03 p
8. plass	Maren Njøs Kurdøl	84	385 kg	356,13 p
2. plass	Lene Thoren	+84	442,5 kg	352,05 p
1. plass	Kjell Egil Bakkelund	74	735,5 kg	529,49 p
3. plass	Jøran Langset	74	600 kg	436,5 p
6. plass	Andre Sørlie Nilsen	83	582,5 kg	389,69 p
6. plass	Ali Hamdan	93	712,5 kg	448,95 p
12. plass	Ruben Hoffman Gjelsnes	93	622,5 kg	393,98 p
24. plass	Tobias Foyn Dahlqvist	93	552,5 kg	356,03 p
26. plass	Jason Granholt	93	542,5 kg	343,95 p

VM Styrkeløft Pilzen Tjekia 13.11.17

4. plass	Eline Skalleberg Jørgensen	63	487,5 kg	526,99 p
----------	----------------------------	----	----------	----------

NM Styrkeløft U/JR/V Oslo 25.11.2017

1. plass	Lena Sjøøl	63 JR	490 kg	552,52 p
1. plass	Jøran Langset	V 40-49 74	661 kg	479,69 p

Julestevne Benkpress og styrkeløft 10.12.16

1. plass	Johanna Vedal Sjøøl	R1	19 rep	
1. plass	Lasse Engnes Lundhaug	R2	25 rep	
1. plass	Eline Skalleberg Jørgensen	Åpen 63 med	532,5 kg	576,06 p
1. plass	Sigrid Kristensen	Åpen 63 uten	350 kg	382,13 p
1. plass	Stina Christiane Walmestad	Åpen 72 uten	325 kg	318,5 p
1. plass	Lene Thoren	Åpen +84 med	150 kg	119,49 p
1. plass	Maren Njøs Kurdøl	Åpen 84 med	447,5 kg	415,24 p
1. plass	Markus Lauritzen Skogli	U66 uten	275 kg	197,81 p
1. plass	Andre Sørlie Nilsen	U 93 uten	620 kg	394,94 p
2. plass	Stian Vandli	U 93 uten	67,5 kg	44,79 p
1. plass	Eivind Sjøøl	JR 83 uten	530 kg	358,81 p
2. plass	Magnus Egerdahl	JR 93 uten	522,5 kg	375 p
1. plass	Stian Egenes Horne	JR 93 uten	460 kg	300,01 p
1. plass	Jacob Florelius	JR 93 uten	165 kg	109,44 p
1. plass	Anders Drivenes	Åpen 93 uten	547,5 kg	346,51 p
1. plass	Martein Eriksen	Åpen 93 uten	165 kg	109,82 p
1. plass	Jøran Langset	V40-49 74 uten	590 kg	424,39 p
1. plass	Tommy Ødegård	V40-49 93 uten	457,5 kg	289,55 p
1. plass	Sverre Paulsen	V60-69 uten	52,5 kg	42,93 p



Styrkeløftregion Østafjell Benkpress-Cup 2017

Ungdom herrer	1. plass Andre Sørli Nilsen	237,25 poeng
	2. plass Oscar Due Wang	225,32 poeng
V 40-49 Herrer	1. plass Geir Gregersen	414,26 poeng
V 50-59 Herrer	2. plass Jan Helge Rustan	209,00 poeng

Sandecup`n Styrkeløft 2017

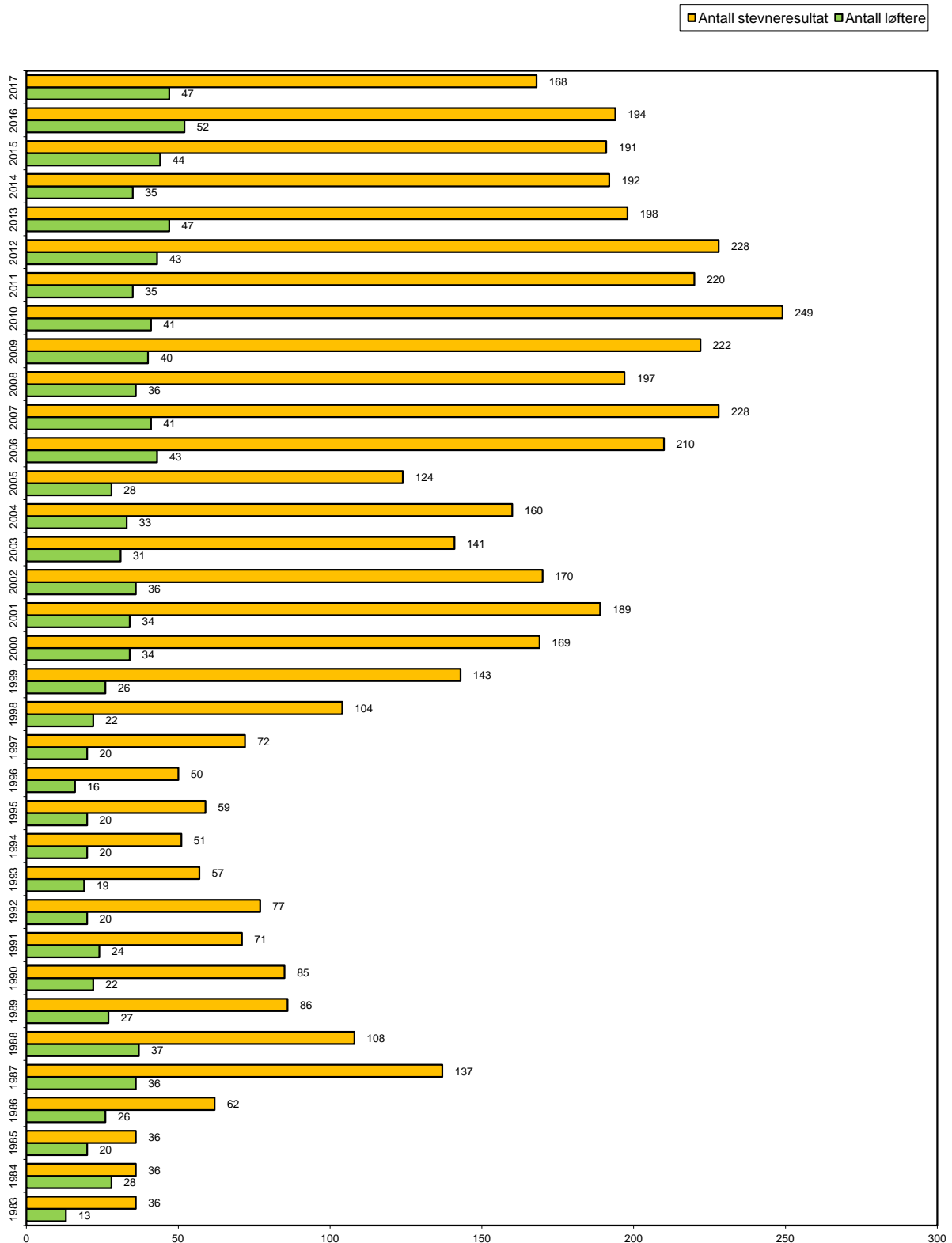
1. Jøran Langset	3194,03 poeng
2. Ali Hamdan	3022,75 poeng
3. Eline Skalleberg Jørgensen	2644,61 poeng
4. Lena Sjø	2629,06 poeng
5. Stine Hamre	2319,39 poeng
6. Stina Christiane Valmestad	2116,47 poeng
7. Andre Sørli Nilsen	1932,49 poeng
8. Eivind Sjø	1761,49 poeng
9. Stine Liverød	1656,29 poeng
10. Kjell Egil Bakkelund	1615,29 poeng

Sandecup`n Benkpress 2017

1. Jacob Florelius	544,76 poeng
2. Geir Gregersen	414,26 poeng
3. Ali Hamdan	410,96 poeng
4. Andre Sørli Nilsen	325,13 poeng
5. Oscar Due Wang	304,07 poeng
6. Theo Grønvold	246,14 poeng
7. Lene Thoren	239,16 poeng
8. Bjørn Grønvold	214,76 poeng
9. Jan Rustan	209,00 poeng
10. Jøran Langset	208,89 poeng



Stevneaktivitet Sande KK 1983-2017





Årsregnskap Sande Kraftsportklubb 2017

KONTOKLASSE				
3000		Kontingent, treningsavg. Nøkkelkort	405941,89	
3910		Grasrotandelen	54487,89	
3920		Momskompensasjon	25790,00	
3930		Sponsorinntekter	0,00	
3940		Dugnadsinntekter	0,00	
3950		Salgsinntekter	2247,50	
3		Inntekter	488467,28	488467,28
4000		NM styrkeløft	-17398,00	
4010		NM Styrkeløft UF 2017	53405,18	
4110		NM benkpress	-13769,00	
4120		NM U/Jr/Vet	-34366,00	
4130		Internasjonale stevner	-24000,00	
4200		Andre stevner	-7000,00	
4300		Lagserie	0,00	
4900		Lisenser	-44000,00	
4998		Juniorgruppe	-20911,52	
4999		Ungdomsgruppe	-20959,30	
4		Stevner og aktiviteter	128998,64	128998,64
5200		Administrasjon	-9175,54	
5300		Møter	-6012,00	
5600		Julebord	-2987,02	
5700		Kurs	-1528,00	
5800		Antidoping	-3470,00	
5900		Utmerkelser/gaver	9379,47	
5		Administrasjon	-13793,09	-13793,09
6000		Utstyr	-35568,00	
6100		Vedlikehold	-19634,10	
6300		Forsikring	-8575,00	
6500		Leie	-48838,00	
6		Idrettsanlegg	112615,10	112615,10
7300		Jubileumsgave Sande Komune	3500,00	
7400		Kulturmidler kommune	19468,00	
7500		LAM midler NIF	58810,00	
7		Tilskudd	81778,00	81778,00
8000		Renteinntekter	765,44	
8700		Gebyr	-1398,25	
8800		Fond	36177,58	
8		Ekstraordinære poster	35544,77	35544,77
		Resultat		350383,22



Balanse 2017 Sande KK	31.12.2016	43100,00	Endring
Bankinnskudd Storebrand	778,44	12514,14	11735,70
Bankinnskudd-DNB	493153,97	838740,91	345586,94
Kasse	10335,00	25218,00	14883,00
Fond	137236,53	115414,11	-21822,42
Sum	641503,94	991887,16	350383,22

Forslag

Kontingent og treningsavgift som for 2018

Priser for 2019						
	-18	-18 fra 1.juli	+18	+18 fra 1. juli	Familie	Familie fra 1.juli
Kontingent	200	200	300	300	400	400
Treningsavgift	650	375	1350	725	1850	975
Sum	850	575	1650	1025	2250	1375



Budsjett 2018

3000	Kontingent, treningsavg, nøkkelkort	420000	
3910	Grasrotandelen	30000	
3920	Momskompensasjon	30000	
3930	Sponsorinntekter	1000	
3940	Dugnadsinntekter	5000	
3950	Salgsinntekter	1000	
3	Inntekter	487000	487000
4000	NM styrkeløft	-20000	
4110	NM benkpress	-50000	
4120	NM U/Jr/Vet	-14000	
4130	Internasjonale stevner	-30000	
4200	Andre stevner	-10000	
4900	Lisenser	-45000	
4998	Juniorgruppe	-20000	
4999	Ungdomsgruppe	-20000	
4	Stevner og aktiviteter	-209000	-209000
5200	Administrasjon	-5000	
5300	Møter	-1000	
5600	Julebord	-3000	
5700	Kurs	-3000	
5800	Antidoping	-4000	
5900	Utmerkelser/gaver	-5000	
5	Administrasjon	-21000	-21000
6000	Utstyr	-130000	
6100	Vedlikehold	-50000	
6300	Forsikring	-9000	
6500	Leie	-50000	
6	Idrettsanlegg	-239000	-239000
7400	Kulturmidler kommune	20000	
7500	LAM midler NIF	58000	
7	Tilskudd	50000	78000
8000	Renteinntekter	1000	
8700	Gebyr	-2000	
8800	Fond	5000	
8	Ekstraordinære poster	4000	12500
	Resultat		100000



Valg

Styret 2017

Leder:	Jan Sjøl, (ikke på valg)
Nestleder:	Fredrik Sørbø (på valg)
Kasserer:	Morten Engnes (på valg)
Sekretær:	Lise Engnes, (på valg)
Styremedlem 1:	Martin Eriksen, (ikke på valg)
Styremedlem 2:	Ingunn Leifsdatter (på valg)
Varamedlem 1:	Flemming Vestergaard (på valg)
Varamedlem 2:	Stine Hamre (ikke på valg)
Varamedlem 3:	Liv Onseng (på valg)

Revisor

Sverre Paulsen, (på valg)
Geir Runar Korvald, (på valg)

Styret forslag til ny valgkomite

Leder:	Per Ove Sjøl
Medlem 1:	Flemming Vestergaard
Medlem 2:	Lise Engnes

Representanter til Ting og møter

Styret ber årsmøte om fullmakt til å utnevne representanter til Ting og møter.

Jan Sjøl

Jan Sjøl Sign
Leder

Fredrik Sørbø

Fredrik Sørbø Sign
Nestleder

Lise Engnes

Lise Engnes Sign
Sekretær

Morten Engnes

Morten Engnes Sign
Kasserer

Martin Eriksen

Martin Eriksen Sign
Styremedlem 1

Ingunn Leifsdatter

Ingunn Leifsdatter Sign
Styremedlem 2