

## **Historikk for HSI's 60 års jubileum 2. februar 2022.**

Arnulf Wahlstrøm.

### **60 års historikk i stikkordsform.**

#### ***Stiftelsen.***

- 62: 25 november 1962 tok Magne Føleide initiativet til å danne Halden Vektløfterklubb. Han var politi og aktiv vektløfter.  
14 personer møttes på Bergs kafeteria og der ble klubben konstituert. 15 kroner kostet for øvrig medlemskontingenten den gangen.
- 63: Treningen foregikk til å begynne med på pikeskolen (Os).  
Treningstid 2 timer/uke. Utstyr i kasse.  
Arr. Vektløfterstevne med deltakere fra Oslo, Larvik, Moss, Halden. HVK deltok med 7 løftere på Oslomesterskapet i styrkeløft.  
Ny formann: Sturla Okstad. Rørlegger fra Namsos.  
Kontingent 15 kroner. 30 medlemmer.
- 64: Ny formann Jan Willy Svendsen
- 65: Finn Johansen norsk styrkeløftmester (u.off. NM) i jr. 70-80 kg.  
Trening på Gutteskolen (Sentrum).
- 66: I 1966 flyttet klubben til Tistedal gml. Yrkesskole.
- 67: Vektløfterstevne på Os skole. Lagkamp mot Bäckefors AK. Tap 4-2.

#### ***Tistedalen gml. Yrkesskole.***

- 69: Jeg kom til Halden i mars 1969 og som aktiv vektløfter med NM som siktemål en tid senere og konkurransestang på flyttelasset, var jeg meget ivrig etter å finne meg en treningsmulighet i byen. De færreste visste noe om klubben og jeg ble sendt rundt både til gutteskolen og pikeskolen, men det var først da jeg fikk kontakt med Jan Svendsen i HA at jeg ble vist lagets treningssted i Tistedal Yrkesskole. Det var ikke et alt for fristende syn som møtte meg, men det var i hvert fall et sted å trene, selv om ikke gulvet var rengjort det siste året og det lå ca. 2-3 cm med støv og sand i et homogent belegg over hele gulvet.  
De 5-6 medlemmene som trente drev stort sett med mosjonstrening og kroppsbygging, så aktivitetene var ikke så voldsomme. Annerledes ble det når jeg fikk rigget til noen sponplater som løfteplatt og begynte å hive vekter over hodet. Når stanga gikk i gulvet etter et mislykket rykk, utviklet det seg en gedigen støvsky som dekket alt og alle i flere minutter og trengselen i vinduet etter frisk luft ble voldsom for alle som trente.

En skikkelig rundvask løste støvproblemet, men verre var det med vaktmester Larsen i 4. etasje. Når vektstanga deiset i gulvet, gikk det nøyaktig 30 sekunder før Larsen kom stormende inn døra med runde øyne og strittende hår. Da fikk vi i høye ordelag beskrevet hvilken katastrofe som vårt bråk forårsaket i hans leilighet med glass som klirret og bøker som beveget seg i bokhylla – det var så vidt han og kona berget livet. Hvis det ikke ble en brå slutt på bråket skulle han ringe politiet.

Vaktmestere bør man erfaringsmessig holde seg på god fot med, så vi lovt alltid bot og bedring og sa oss hjertens enig med Larsen. Han vandret derfor blid og fornøyd ut døra tilbake til sin leilighet, og så vel lyst på tilværelsen inntil det neste uunngåelige smellet oppsto, og da var sirkuset i gang igjen.

På de 3-4 årene Larsen var vaktmester etter at jeg kom inn i klubben, viste han en beundringsverdig utholdenhet når det gjaldt å gi oss kjeft for treningsbråk. Episodene kunne gjenta seg flere ganger hver kveld, men Larsen ga aldri opp – og det gjorde heller ikke vi.

### **Reorganisering.**

71: Fra 1969 og utover ble det laget en del ekstra treningsutstyr og etter hvert fikk vi også kjøpt inn flere stenger. Det ble satset mer på rekruttering, og aktiviteten var såpass god i 1971 at en reorganisering av klubben var aktuell.

Årsmøtet ble holdt i Folkets hus i Halden med hele 8 personer til stede. Vi fikk da sammen et nytt styre med Jan Svendsen som formann og bl.a. undertegnede som sekretær. Vi meldte oss inn i NIF, NVF, NKF og HIR.

Nå fikk vi også etter hvert løftere som deltok på stevner og klubben blomstret opp i årene framover.

Arnulf Wahlstrøm fikk sølv i senior-NM i styrkeløft.

72: Arne Fuglevig fikk bronse i Syd-Norsk.

Tildelt konkurransetang med skiver fra NVF og bevilget penger til konkurransetang fra HIR.

73: Medlemsmasse 27 stk. Kontingent 20 kroner.

### **Flytting til Remmen.**

74: 23 bet. medlemmer.

Flytting til Remmen. Ble lovt 100 kvm. treningshall, men ble tilbudt å trene i et møterom på 35 kvm og i en garderobe der utstyret måtte ryddes vekk hver kveld.

Nå ble det fart på rekrutteringen. Klubben arrangerte stevner og vi fikk fram løftere som hevdet seg i konkurranser rundt omkring. HVK ble en klubb som etter hvert kanskje var den mest aktive i kretsen.

### **Klubbens første norske mester (BNM og Junior). Mehrens ærespris.**

75: 53 registrerte medlemmer. Fordobling fra i fjor.

Vår første NM-mester i styrkeløft: Arne Fuglevig ble mester i B-NM og Jr-NM.

4 KM-gull i styrkeløft og 1 i vektløfting.

HVK arrangerte KM i styrkeløft i Remmenhallen.

Tom Olsen overtok kasserervervet.

Arnulf Wahlstrøm fikk Mehrens ærespris.

76: 43 medlemmer.

Kontingenten høynet til kr. 100 og 50.

15 av klubbens løftere deltok i stevner.

1 KM gull i styrkeløft og 1 i vektløfting.

4 deltakere i NM i vektløfting for ungdom med sølv som beste plassering.

77: 26 medlemmer

Deltok med 2 lag i den norske lagserien i styrkeløft (ungd. og senior).

19 av klubbens løftere deltok i stevner.

Årsregnskapet balanserte på ca. 7000 kroner.

### **Ny formann. Klubbens første æresmedlem.**

78: I 1978 gikk Jan Svendsen av som formann og ble etterfulgt av Hans Martin Hansen. For sin innsats i klubben gjennom 14 år som formann, ble Svendsen behørig utnevnt som æresmedlem – den første i klubbens historie.

Johnny Simensen kom inn i styret.

25 medlemmer.

Trond Karlsen ny norsk u-rekord med 170 kg i knebøy, 75 kg klassen.

12 av klubbens løftere deltok i konkurranser.

### **Klubbens andre æresmedlem.**

79: Tom G. Olsen var en annen krumtapp i styret fra 1975 til 1979. I dette tidsrommet fungerte han som kasserer og ble utnevnt til æresmedlem i 1979 da han gikk ut av styret.

Trond Karlsen (u) og Jan Petersen (jr) ble norske mestre i styrkeløft.  
HVK arrangerte Regionmesterskap i Remmenhallen.  
12 løftere deltok i konkurranser.  
Arnulf Wahlstrøm valgt til Gen.sekr. i Norges Styrkeløftforbund.  
Hans Martin Hansen valgt til Kasserer i Norges Styrkeløftforbund

#### ***Ny formann og ny viseformann.***

80: 52 medlemmer og 20 deltakere på årsmøtet. Årsregnskap 17.800 kroner.  
Hans Martin Hansen overlot formannsklubba til Arnulf Wahlstrøm som hadde vært sekretær siden 1971.  
Arrangerte RM i Remmenhallen  
Yngvar Barth ble ny viseformann.  
2 norske veteranrekorder av Svein Christophersen.  
3 RM-mestre og 2 KM mestre.

#### ***Klubbens første norske seniormester. Klubbens første NM-arrangement.***

81: 53 medlemmer. 15 medlemmer på årsmøtet. Årsregnskap 38.000 kroner.  
Arrangerte B og Vet. NM i Remmenhallen.  
Egil Walseth vant B-NM og senere senior-NM. Klubbens første norske seniormester.  
Svein Christophersen vant Vet-NM og senere sølv i Vet-VM i Chicago.  
Johnny Simentsen overtok kasserervervet og Terje Johansen kom inn i styret.  
Johan Skammelsrud norsk u-mester.

#### ***Likestilling og navneskifte.***

82: I 1982 vedtok årsmøtet at laget skulle ta opp damer som medlemmer . Første kurskvelden vi annonserte dametrening kom det hele 30 damer, så det var ikke fritt for at de 4-5 mannlige instruktørene ble både svette og øre i toppen. Klubbens medlemsmasse ble nesten fordoble på 1 kveld.  
En annen milepæl var at klubben skiftet navn fra Halden Vektløfterklubb til Halden Styrkeidrettslag.  
104 medlemmer og årsregnskap på 55.000 kroner.  
20 årsjubileum i "Naustet" med 48 deltakere.  
Johan Skammelsrud (u) norsk mester.  
HSI vant den norske lagserien for ungdom og 3 div. senior.  
ca. 20 aktive konkurranseløftere.

#### ***Klubben arrangerte UNM med 4 norske mestre.***

83: 95 medlemmer og årsregnskap på ca. 78.000 kroner.  
HSI arrangerte NM for ungdom. 5 deltakere fra klubben og derav 4 mestre.  
Norske mestre: Jan Erik Christiansen (u), Jarle Karlsen (u), Melvin Skammelsrud (u),  
Finn Roger Gustavsen (u), Johan Skammelsrud (jr) og Egil Walseth (s).  
NM-bankett i kroa i kjelleren til Arbeidersamfunnet med pizza og cola som meny.  
Arr. lag-NM finale og vant NM.  
3 syd-norske mestre og 6 KM –titler. Topp-år sportslig for HSI

#### ***Fra Remmen til Skippergata treningscenter.***

Tiden på Remmen var en fin epoke i klubbens historie. I de 10-11 årene vi holdt til der, fikk vi riktig markert vår eksistens både i nærmiljøet og nasjonalt. Vi arrangerte en rekke krets-, regionale- og norske mesterskap. Vi hadde mange gode løftere og innkasserte denne perioden for eksempel hele 19 norske mesterskapstitler på ulike nivåer. Bare i 1983 kammet vi hjem 7 norske mesterskap.

I 1984 begynte vi å pusse opp Skippergata tilfluktsrom og flyttet inn der i 1985.  
Vi gikk så langt ifra til noe dekket bord i Skippergata. Innredningen av både garderobeanlegg, treningsrom og korridor gjorde vi selv. Idrettsrådet lånte oss penger og var en avgjørende

støttespiller, men vi utførte alt arbeidet selv på dugnad. Vi fikk også økonomisk støtte fra Kulturkontoret etter hvert og vi brukte egne penger.

Det ble bokført ca. 300.000 i rene penger til oppussingen vi gjorde og dugnadsarbeidet utgjorde over 200.000 kroner (70 kroner timen). Det ble i løpet av 2 år lagt ned ca. 3000 dugnadstimer – hovedsakelig fordelt på en håndfull ildsjeler. Det var ikke fritt for at belastningen ble urimelig hard for noen, men resultatet ga belønning i rikt monn. Vi fikk til et treningsanlegg som de aller fleste styrkeløftklubber kan misunne oss og bare etter 2 år i de nye lokalene var medlemstallet oppe i 192 medlemmer.

Vi investerte også 275.000 kroner i treningsutstyr til anlegget over en 5 årsperiode.

Det må poengteres at HSI i løpet av 6 år etter innflyttingen var gjeldfri – alle investeringene var nedbetalte.

### ***EM-arrangør.***

84: Norske mestre: Jan Erik Christiansen (u) og Johan Skammelsrud (yjr.)

Årsfest på "Naustet" med 30 deltakere.

84 medlemmer og årsregnskap på 69.000 kroner.

Innredningen av Skippergt. Treningssenter startet på høsten.

Senior-EM ble arrangert i Kongshallen i Fredrikstad. Alle klubber i Østfold deltok. Halden SI's medlemmer var en av "bærebjelkene" i arrangementet. Mesterskapet ble svært vellykket – også arrangementsmessig.

### ***Seniorlandskamp Norge - Polen på Remmen.***

85: 91 medlemmer. Årsregnskap på ca. 137.000 kroner. Vi flyttet permanent inn i Skippergt.

Senior landskamp Polen – Norge i Remmenhallen. HSI var arrangør og vartet opp med et flott mesterskap og fin bankett på Park Hotell. Idrettsrådet og Kommunen støttet oss økonomisk og både ordfører Jon Erik Eriksen og HIR formann Ragnar Sande representerte under mesterskapet og banketten. De Polske løfterne fikk en fin service i Halden og handelsstanden hjalp til med deknningen av mat og opphold. En må huske på at dette var en god stund før jernteppets fall og en ukelønn hos oss tilsvarte ca. en årslønn i Polen, så løftere og ledere kunne ikke dekke sine egne oppholdsutgifter.

Norsk mester: Jan Erik Christiansen (u) og han satte norsk seniorrekord i benkpress med 115 kg i 56 kg klassen 16 år gammel.

86: 192 medlemmer. 25 møte på årsmøtet. Årsregnskapet balanserte på ca. 151.000 kroner.

Jan Erik Christiansen ble norsk mester i ungdom og dessuten Nordisk mester i både junior og senior. Han deltok også på senior-VM i Nederland og ble nr. 7.

HSI arr. Lag-NM finale for ungdom i Skippergt. og ble nummer 2.

Terje Wahlstrøm ble norsk mester i ungdom.

### ***Jan Erik Christiansen setter jr. verdensrekord. VM i Fredrikstad***

87: 215 medlemmer og årsregnskap på 175.000 kroner.

Jan Erik Christiansen ble norsk mester både i junior og senior og nordisk mester i junior.

Han satte ny jr. Europarekord i benkpress med 125 kg i 56 kg klassen. Senere satte han ny jr.

Verdensrekord med 128 kg i samme klasse!!

Mehrens ærespris gikk til Jan Erik Christiansen

Olai Gundersens ærespris til Arnulf Wahlstrøm .

25 årsjubileum i Hobbykjelleren i Folkets hus med 23 deltakere.

HSI var medarrangør av senior-VM i Fredrikstad. Dette var et stort løft for hele Østfold og Halden SI var tungt inne i både planlegging og gjennomføring av "århundrets" styrkeløftbegivenhet i Norge. TV hadde flere dagers sendinger og til dels på direkten. Meget vellykket.

88: 238 medlemmer, 34 møte på årsmøtet. Årsregnskap ca. 186.000 kroner.

9 deltakere fra HSI på NM – ingen gull.

Årsfest på Joy – 10 deltakere.

### **2 nye æresmedlemmer og UNM i Remmenhallen.**

89: 241 medlemmer. 38 møtte på årsmøtet. Årsregnskapet balanserte på 215.700 kroner.

2 nye æresmedlemmer utnevnt: Yngvar Barth og Terje Johansen

Arrangerte U-NM i Remmenhallen. 4 deltakere fra HSI og søskenparet Hanne og Terje Wahlstrøm fikk sølvmedaljer.

10 deltakere fra HSI i alle NM – ingen mestre.

### **HA's ærespris og Saugbrugs ærespris.**

90: 214 medlemmer . 39 møtte på årsmøtet. Årsregnskapet balanserte på ca. 277.000 kroner.

Lag-NM finale for junior på Remmen. HSI vant!

Norske mestre: Rune Berger (s), Jan Erik Christiansen (s og jr.)

Hanne Wahlstrøm (u), Kari Mette Hansen (u) og Johnny Hansen (u)

Saugbrugs ærespris til Hanne Wahlstrøm (turn og styrkeløft).

HA's ærespris til Arnulf Wahlstrøm.

5 syd-Norske mestre og 1 RM mester.

Arnulf Wahlstrøm valgt til EPF president.

1991-2001.

### **Jan Erik Christiansen jr. Europamester!**

91: 212 medlemmer. 47 deltakere på årsmøtet. Årsregnskapet balanserte på 364.000 kroner.

Jan Erik Christiansen Europamester i junior!! Nr. 4 i jr-VM !!

Han ble også Nordisk mester for jr. og norsk mester for junior og senior.

Hanne Wahlstrøm norsk mester i junior.

HSI vant den norske lagserien for damer.

5 deltakere i senior-NM og 6 deltakere i junior-NM.

6 KM-titler, 5 mestre i Syd-Norsk og 4 mestre i RM.

Geir Johannesen inn i styret.

### **Senior-NM i Remmenhallen. Årets klubb. Medlemsrekord.**

92: 287 medlemmer. 50 deltakere på årsmøtet. Regnskapsbalanse ca. 262.000 kroner.

HSI vant den norske lagserien for damer.

Jan Erik Christiansen nr. 13 i senior-VM, nr. 9 i senior-EM, nr. 2 i senior-Nordisk, nr. 1 i senior-NM og nr. 1 i benk-NM.

Linn Seifert (u) og Kari Mette Hansen (jr) ble norske mestre.

HSI arrangerte senior-NM i Remmenhallen over 3 dager. Klubbens største mesterskap på

hjemmebane hittil med 50 av medlemmene aktivert. TV var på plass og flott NM banket i

Kongshallene betalt av Halden Kommune – og Jan Erik ble mester på hjemmebane, Gro Olsen fikk sølv og Camilla Amundsen kom på 4. plass.

HSI ble utnevnt til "årets klubb" av Norges Styrkeløftforbund.

Thorleif Kristiansen inn i styret.

### **Senior-VM sølv i benkpress til Jan Erik Christiansen.**

93: 238 medlemmer. 33 deltakere på årsmøtet. Regnskapsbalanse ca. 268.000 kroner.

HSI vant den norske lagserien i 4. divisjon

Jan Erik Christiansen nr. 6 i senior-VM og VM sølv i benkpress, nr. 6 i senior-EM,, nr. 2 i senior-Nordisk, nr. 1 i senior-NM og nr. 1 i benkpress-NM.

Camilla Amundsen fikk bronse i senior-Nordisk.

12 gull til Haldenløftere i KM, RM og NM.

94: 249 medlemmer. 31 medlemmer på årsmøtet. Regnskapsbalanse ca. 199.000 kroner.

Jan Erik Christiansen nr. 6 i senior-EM og nr. 1 i senior-NM.

Camilla Amundsen (e.jr.) og Terje Wahlstrøm (e.jr.) ble norske mestre.

12 gull til HSI-løftere i KM, RM og NM.

Skiftet lås i alle dører.  
Vidar Nøland inn i styret.  
Thorleif Kristiansen rykker opp til viseformann.

***Camilla Amundsen fikk sølv i Jr-EM. 2 nye æresmedlemmer. Kristin Roppestad vant senior-NM.***

95: 217 medlemmer. 29 medlemmer på årsmøtet. Regnskapsbalanse på ca. 190.000 kroner.

Camilla Amundsen fikk sølv i jr.-EM og bronse i senior-Nordisk

Jan Erik Christiansen vant senior-NM og benkpress-NM og ble nr. 2 i senior-Nordisk.

Kristin Roppestad vant senior-NM og Renate Nilsen junior-NM.

13 gullmedaljer til HSI løfterne i KM, RM og NM

Johnny Simensen utnevnes til æresmedlem.

Arnulf Wahlstrøm utnevnes til æresmedlem.

96: 193 medlemmer. 37 medlemmer på årsmøtet. Regnskapsbalanse på ca. 152.000 kroner

Jan Erik Christiansen 5 plass i senior-EM, sølv i senior-Nordisk, gull i senior-NM og gull i benkpress-NM.

12 gullmedaljer til HSI-løfterne i KM, RM og NM

Johnny Simensen gir seg som kasserer etter 18 år i styret.

Ragnar Akselsen tar over som kasserer.

Vidar Nøland tar over som sekretær.

9 medlemmer fullførte A-kurs.

***Dame-EM i Fredrikstad.***

97: 191 medlemmer. 30 medlemmer på årsmøtet. Regnskapsbalanse på ca. 235.000 kroner.

Jan Erik Christiansen vant senior-NM og benkpress-NM.

Gull til Geir Johannesen i B-NM.

Full renovering av damedusjen.

6 medlemmer fullførte B-kurs.

Halden SI og Fredrikstad SK arrangerte Dame-EM i Fredrikstad. Et meget vellykket mesterskap.

Mange av HSI-medlemmene deltok i planleggingen og gjennomføringen av arrangementet.

98: 162 medlemmer. 27 medlemmer på årsmøtet. Regnskapsbalanse på ca. 138.000 kroner.

Jan Erik Christiansen vant senior-NM. og fikk HIS's vandrepokal til odelløp og eie etter 8 "napp" i løpet av 10 år.

7 gull til HSI løfterne i KM, RM og NM.

Thorleif Kristiansen ny forbundsdommer i styrkeløft.

***Rolf Olsen vant Baltic Cup.***

99: 185 medlemmer. 24 deltakere på årsmøtet. Regnskapsbalanse på ca. 135.000 kroner.

Rolf Olsen vant Baltic Cup i St. Petersburg og Geir Johannesen ble nr. 2.

Jan Erik Christiansen vant benkpress-NM.

15 gull til HSI-løfterne i KM og NM.

2000: 196 medlemmer. 28 deltakere på årsmøtet. Regnskapsbalanse på ca. 161.000 kroner.

Jan Erik Christiansen vant benkpress-NM.

HSI vant den norske benkpresserier i 2 divisjon.

8 gull til HSI-løfterne i KM og NM.

2 deltakere på A-kurs på Toppidrettssentret.

***EU-cup og Veteran-VM.***

2001: 195 medlemmer. 32 medlemmer deltok på årsmøtet. Regnskapet balanserte på ca. 173.000 kroner.

HSI vant den norske lagserien for senior i 2. divisjon.

Geir Johannesen fikk 4 plass i EU-Cup'en i Birmingham.

Rolf Olsen ble nr. 7 i veteran-VM i Canada og han tok NM-gull i benkpress i yngre

veteranklassen.

Treningssamling over 2 dager med landslagstrener Dietmar Wolf. 7 deltakere fra HSI.

8 gull til HSI-løfterne i KM og NM.

Thorleif Kristiansen gir seg etter 9 år i styret.

Geir Johannesen tar over som viseformann.

---

2002: 233 medlemmer. 36 medlemmer deltok på årsmøtet. Regnskapet balanserte på ca. 176.700 kroner.

Lars Markussen vant B-NM.

Thomas Puzicha ny kretsdommer.

Treningssamling over 2 dager i Halden med landslagstrener Dietmar Wolf. 7 deltakere fra HSI.

Medaljevøsten i KM og NM er totalt 9 og 4 av disse er gull.

2003: 247 medlemmer. 34 medlemmer deltok på årsmøtet. Omsetning ca. 221.600.

HSI vant den norske benkpress serien for ungdom

Jan Erik Christiansen vant Benkpress-NM for senior og Rolf Olsen vant Veteran-Nordisk.

Treningssamling over 2 dager i Halden med landslagstrener Dietmar Wolf. 6 deltakere fra HSI.

Medaljevøsten i KM og NM er totalt 18 medaljer og derav 15 i gull.

Oppussing av herrebadstu med nytt panel, nye benker og ny ovn. Også ny ovn i damebadstu.

2004: 263 medlemmer. 31 medlemmer deltok på årsmøtet. Omsetning ca. 213.500 kroner.

Jan Erik Christiansen vant Benkpress-NM for senior.

Treningssamling over 3 kvelder i Halden med landslagssjef Dietmar Wolf. 6 løftere fra HSI deltok.

Medaljevøsten i KM og NM var totalt 13 og 8 av disse var gull.

Arnulf Wahlstrøm besto prøven til internasjonal dommer for funksjonshemmede.

2005: 227 medlemmer. 31 medlemmer deltok på årsmøtet. Omsetning ca. 225.000 kroner.

I Lag-NM finalen i styrkeløft ble HSI nummer 2 og i lagserien i benkpress for junior nummer 1!

Det ble utdannet 5 med Trener 1 kompetanse og Thomas Puzicha tok Trener 2 kurs.

Rolf Olsen gjorde "rent bord" og ble mester både i veteran-NM i styrkeløft, i benkpress NM for veteraner og Veteran-Nordisk.

15 medlemmer tok trener-A kurs i våre lokaler med landslagstrener Dietmar Wolf som instruktør.

Medaljevøsten i KM, NM og Nordisk var totalt 15 og derav 9 gull.

2006: 258 medlemmer. 27 medlemmer deltok på årsmøtet og omsetningen var ca. 229.000 kroner.

Lars Markussen ble norsk mester i styrkeløft (senior) og Cato Fuglevig i benkpress (senior).

Lars Markussen fikk også 3. plass i EM senior og vant sin klasse i Western European Championships.

Landslagstrener Dietmar Wolf hadde 2 dagers treningssamling i Halden med 8 deltakere fra HSI.

Medaljevøsten i KM, NM og internasjonalt var totalt 22 og derav 16 gull.

2007. 234 medlemmer. 31 medlemmer tilstede på årsmøtet. Omsetning ca. 243.000 kroner.

Jan Erik Christiansen og Cato Fuglevig vant begge Benkpress-NM for senior.

Hans Erik Folkeseth og Ken A. Olsen ble norske ungdom og juniormestere i styrkeløft foruten 4 mestere i Benk-NM for junior og ungdom.

Thomas Puzicha har vært aktiv som regionstrener.

Medaljevøsten i KM og NM var totalt 27 og av disse var 13 gullmedaljer.

2008: 245 medlemmer. 31 medlemmer deltok på årsmøtet. Omsetning ca. 351.000 kroner.

Lars Markussen fikk bronse i EM senior (styrkeløft) i benkpress og ble nr. 5 totalt.

Ken A. Olsen ble norsk mester i NM senior.

Hans Erik Folkeseth ble mester i Jr-NM styrkeløft.

To medlemmer har tatt Akurs og Trener1 kurs i styrkeløft

Thomas Puzicha har hatt 6 treningssamlinger i Region Øst.

Medaljevøsten i RM, NM og internasjonalt er hele 34 medaljer med 19 gull.

2009: 232 medlemmer. Årsmøtet samlet 31 medlemmer. Omsetningen var ca. 316.700 kroner.

Lars Markussen fikk sølv i WEC (Western European Championships).

Thomas Puzicha har hold 8 treningssamlinger i regionen.

2 medlemmer tok Trener1 utdanning og 10 har deltatt på A-kurs og treningssamlinger.

Medaljevøsten i RM, NM og internasjonalt er 29 med 18 gull.

2010: 242 medlemmer. Årsmøtet samlet 30 medlemmer. Omsetningen var ca. 320.000 kroner.

Lars Markussen plasserte seg som nr. 11. i VM senior og nr. 8 i EM senior.

Hans Erik Folkeseth ble norsk juniormester i styrkeløft.

Jan Erik Christiansen og Magnar Fuglevig vant Benkpress-NM i senior.

HSI sto som arrangør av regionskamp mellom Styrkeløftregion Øst og Västres Frölunda der 4 løftere fra HSI deltok og alle vant sine klasser.

Medaljevøsten i 2010 var 24 totalt med 16 gull.

2011: 249 medlemmer. Årsmøtet samlet 29 medlemmer. Omsetningen var ca. 429.000 kroner.

Hans Erik Folkeseth ble nummer 9 i JR-EM.

Medaljevøsten i RM og NM var totalt 9 og derav 6 gull.

### **50 års jubileum.**

2012: 270 medlemmer. Årsmøtet samlet 29 medlemmer. Omsetning ca. 467.000 kroner.

Lars Markussen ble nr. 7 i IPF World cup og Maria Birkeli tok bronse i sr. NM og Hans Erik Folkeseth vant jr.NM.

**50 års feiring** fant sted på Park hotell.

Formennene i Halden Idrettsråd og Styrkeløftregion Øst pluss noen av de tidligere toppløfterne i klubben var invitert. 5 av 6 æresmedlemmer var til stede og med klubbmedlemmer i tillegg, ble det totalt 50 deltakere samlet til god mat, drikke og mye mimring.

Hedersbevisninger og påskjønnelser ble delt ut til noen av de som hadde gjort en ekstra innsats for klubben. Tidligere formann Jan Willy Svendsen og nåværende formann Arnulf Wahlstrøm fortalte om klubbens utvikling over 50 år med power point presentasjon av en rekke avisutklipp fra HA. Jubileet ble en vellykket hyggekveld og varte ut i de små timer.

2013: 330 medlemmer. Årsmøtet samlet 25 medlemmer. Omsetning ca.384.000 kroner

Maria Birkeli tok sølv i sr. NM

2014: 269 medlemmer. Årsmøtet samlet 29 medlemmer. Omsetning ca. 536.000 kroner.

Maria Birkeli og Hans-Erik Folkeseth tok bronse i sr. NM

Jan Erik Christiansen tok gull i NM benkpress senior.

2015: 234 medlemmer. Årsmøtet samlet 25 medlemmer. Omsetning ca. 324.000 kroner.

Maria Birkeli og Hans-Erik Folkeseth tok sølv i sr. NM.

2016: 232 medlemmer. Årsmøtet samlet 33 medlemmer. Omsetning ca. 326.000 kroner

Hans-Erik Folkeseth tok gull i sr. NM utstyrsfritt og gull i sr. NM med utstyr.

2017: 172 medlemmer. Årsmøtet samlet 31 medlemmer. Omsetning ca. 256.000 kroner.

Maria Birkeli fikk gull i Benkpress NM uten utstyr.

2018: 152 medlemmer. Årsmøtet samlet 32 medlemmer. Omsetning ca. 274.000 kroner.

Germe Wimpaye fikk sølv i jr. Nordisk styrkeløft og Henrik Staal bronse i jr. Nordisk Benkpress.

Daniel Andersen Nilsen vant U-NM og Trond Borgli vant Benkpress NM gull i yngre veteran.

Egil Kroknes vant NM gull i Benkpress superveteran.

2019:136 medlemmer. Årsmøtet samlet 36 medlemmer. Omsetning ca. 386.000 kroner.



Trond Borgli fikk sølv i veteran-EM. Daniel Andersen Nilsen ble Nordisk mester i junior og norsk mester i både Ungdom og junior.

2020: 135 medlemmer. Årsmøtet samlet 30 medlemmer. Omsetning ca. 250.000 kroner.  
Liten sportslig aktivitet p.g.a. corona pandemi.

2021: 182 medlemmer. Årsmøtet ble avviklet elektronisk p.g.a. corona pandemi. 16 medlemmer pålogget. Omsetning ca. 473.000 kroner.  
Sofie Flyvholm tok sølv i sr NM utstyrsfritt.  
Daniel Andersen Nilsen ble nr 1. jr-NM uten utstyr og nr. 1 i jr NM med utstyr. Han fikk 4. plass i jr Nordisk.  
Michael Johannessen og Armandas Puckus vant ungdoms-NM uten utstyr.

### ***Summering:***

Jeg tror vi trykt kan si at HSI har vært en klubb som har markert seg sterkt i idrettsbildet i Halden gjennom mange år. Vi har fostret svært mange norske mestre i alle alderskategorier og også markert oss godt internasjonalt. Blant annet har vi i senior-NM i styrkeløft høstet 18 NM gull fordelt på 7 løftere og 21 Junior-NM gull fordelt på 15 løftere. Vi har også Nordiske mestre i både junior og senior og til og med en junior-Europa mester og en "Western European" mester i senior.

Vi har gjennom mange år gitt et svært godt styrketreningstilbud til unge og "ikke så unge" av begge kjønn. Det er mange av byens innbyggere som har vært innom våre lokaler og trent i lengre eller kortere perioder med et håp om å bli sterke i de 60 årene klubben har bestått. Klubbens allsidighet og brede tilbud er en plattform som sikrer økonomien og som gjør at HSI kan drive sitt store treningsanlegg. Alle forutsetninger er der for at HSI kan "blomstre" i enda mange år framover.

### ***Norske og internasjonale medaljer:***

1 stk VM senior medalje i benkpress (sølv)  
1 stk. VM veteran medalje sammenlagt (sølv)  
2 stk. EM senior medalje i benkpress (sølv og bronse)  
4 stk. Jr-EM medaljer sammenlagt (1 gull)  
10 stk. Sr-Nordisk medaljer sammenlagt (1 gull,)  
8 stk. Jr-Nordisk medaljer (4 gull)  
1 stk. Western European Champ. medalje sammenlagt (1 gull)  
2 stk. Baltic Cup medaljer sammenlagt (1 gull)  
224 stk. NM medaljer (veteraner, senior, junior, ungdom) totalt i styrkeløft og benkpress (71 gull).

### ***Norske seniormestere i styrkeløft.***

2 stk. Egil Walseth (81,83)  
11 stk. Jan Erik Christiansen (87-99)  
1 stk. Rune Berger (90)  
1 stk. Kristin Roppestad (95)  
1 stk. Lars Markussen (2006)  
1 stk. Ken A. Olsen (2008)  
2 stk Hans-Erik Folkeseth (2017)

### ***Jan Erik Christiansen.***

Jan Erik Christiansen er HSI's mestvinnende løfter og den aller beste løfteren fra 1983 til 1999. Han har hatt en fantastisk fin karriere og ikke minst en lang karriere. Han kom til oss som 12-13 åring og var vårt "flaggskip" fra han vant sitt første ungdoms-NM i 1983 som 14-åring og kan se tilbake på ca. 30 aktive år og hans hittil siste senior NM gull i benkpress var i 2014.

Her er hans merittliste:

Norsk mester i ungdom: 3 ganger  
" " i junior: 3 ganger  
" " i senior: 11 ganger  
" " i senior benkpress: 12 ganger  
Nordisk junior: 1 gull og 2 bronse  
Nordisk senior: 1 gull og 3 sølv  
EM junior: 1 gull og 1 bronse  
EM senior: 5, 5, 6, 7 og 9 plass  
VM junior: 4. plass 2 ganger  
VM senior: 6, 7, 8 og 10 plass

Europarekord i benkpress i klasse 56 kg jr. med 125kg og 128 kg i 1987  
Verdensrekord i benkpress i klasse 56 kg jr. med 128 kg i 1987

### **Camilla Magnusson (Amundsen).**

EM jr 2. pl.(95)  
Nordisk sr. 2. pl., 3 pl.  
NM sr. 3 pl. (93)  
NM jr. 1 pl., 2 pl., 2. pl

### **Gro Olsen.**

NM sr. 3 pl. (92),  
2 pl. (93)

### **Maria Birkeli**

NM sr. 3 stk 2. pl  
3 stk 3.pl.

### **Lars Markussen**

VM sr. 11 pl  
World Cup 7 pl.  
EM sr. 3 pl., 5 pl., 8 pl.  
WEC 1 pl.  
Nordisk sr. 4 pl., 5 pl.  
NM sr. 1 pl., 3 pl., 4 pl.  
NM vet. 2 pl.

### **Hans Erik Folkeseeth.**

VM jr. uplassert (2010)  
EM jr. 2 pl., 9 pl.  
Nordisk jr. 1 pl., 1 pl.  
NM jr. 1 pl., 1 pl.  
NM sr. 2x 1.p., 1x2 pl., 1x 3. pl.

### **Æresmedlemmer:**

Jan Willy Svendsen (78): Formann fra 1964 til 1978.  
Tom G. Olsen (79): Kasserer fra 1975 til 1979.  
Sponset bevertningen på alle årsmøter fram til 2010.  
Terje Johansen (89): Styremedlem og sekretær fra 1981 til 1987.  
Stor innsats i oppbyggingen av treningsanlegget i Skippergt.  
God innsats som materialforvalter i mange år  
Yngvar Barth (89): Viseformann fra 1981 til 1988.  
Stor innsats i oppbyggingen av treningssentret i Skippergt.

- Johnny Simensen (95): Styremedlem og kasserer i 15 år (1978 til 1995).  
Stor innsats i oppbyggingen av treningssentret i Skippergt.  
Styrkeløftdommer i 30 år fra 1981 til 2011.  
Revisor i 26 år.  
Utklippsarkivar i 5 år (pr. 31.12.2021)
- Arnulf Wahlstrøm (95): Styremedlem i HSI siden 1971 og formann fra 1980.  
Ledet oppbyggingen av treningssentret i Skippergt.  
Nasjonal styrkeløft-dommer fra 1974 og internasjonal dommer fra 1980.  
Styremedlem i NSF (Norges Styrkeløftforbund) i 23 år (1979-2002).  
Styremedlem i IPF (International Powerlifting Federation) fra 1983.  
Formann i EPF (European Powerlifting Federation) fra 1990.  
Mehrepokalen (1975)  
Olai Gundersens Vandrepremie ((1987)  
EPF Hall of Fame (1995)  
ØIK (Østfold Idrettskrets) Fair-Play prisen (2001)  
IPF Hall of Fame (2009)  
NIFs (Norges Idrettsforbund) Hederstegn (2014)
- Ragnar Akselsen (2012): Kasserer i 25 år (1996-2020).  
Styremedlem 26 år.  
Materialforvalter i 16 år.
- Arne Fuglevig (2012): Medlem i 51 år. Produserte benker, stativer og innredning i Skippergata treningssenter. Produserte også knebøystativer som vi solgte til andre klubber. Var en av nøkkelpersonene i oppbyggingen av senteret. Klubbens første offisielle norske mester i junior i styrkeløft.

**Blomster:**

- Ragnar Akselsen. Æresmedlem
- Arne Fuglevig. Æresmedlem
- Terje O. Johansen. Æresmedlem
- Johnny Simensen. Æresmedlem
- Jan Erik Christiansen. Mestvinnende HSI løfter gjennom tidene

Summert av:

*Arnulf Wahlstrøm*