

# Halden Styrkeidrettslag



## ÅRSBERETNING FOR 2000.

### **Styrets sammensetning:**

Formann: Arnulf Wahlstrøm  
V.formann: Thorleif Kristiansen  
Sekretær: Vidar Nøland  
Kasserer: Ragnar Akselsen  
Styrem.: Geir Johannesen  
Varamedl.: Jarle Johannesen

### **Øvrige tillitsverv:**

Revisor: Olav Ring  
Arne R. Andersen  
Valgkomite: Aksel Myrvang  
Trond Hagen  
Johnny Martinsen  
Utklippsarkivar: Jan Christiansen  
Materialforvaltere: Ragnar Akselsen(form)  
Bjørn Lund  
Johnny Martinsen  
Trond Hagen

### **Administrativ aktivitet.**

**Medlemmer:** Totalt 196(185 f.å.)

Damer u. 18 år: 5 (5 f.å.). Damer o. 18 år: 20(19 f.å.)

Herrer u. 18 år: 45(25 f.å.). Herrer o. 18 år: 126 (136 f.å.)

**Møter:** Årsmøtet ble avviklet 25.1 med 28 medlemmer til stede (24 f.å.)

I løpet av året er det holdt 5 styremøter (5 f.å.)

**Media:** Halden Arbeiderblad har hatt noe dekning av alle mesterskap våre medlemmer har deltatt i.

**Representasj.:** – På ØSK's årsmøte deltok Arnulf Wahlstrøm og Thorleif Kristiansen.

– Under HIRs årsmøte deltok Arnulf Wahlstrøm

– Under HIR's 60 årsjubileum deltok Thorleif Kristiansen.

– Ved NSF's Forbundsting i Oslo deltok Geir Johannesen, Vidar Nøland og Jarle Johannesen for klubben og Arnulf Wahlstrøm for Norges Styrkeløftforbund. Sistnevnte var også dirigent under tinget.

**Representasjon i andre idrettsorganisasjoner:**

*Arnulf Wahlstrøm* er president i EPF, visepresident i IPF og visepresident i NSF. Han er også medlem i IPF's tekniske komite og i ØSK's valgkomite.

*Thorleif Kristiansen* er medlem i ØSK's styre.

*Jarle Johannesen* er varamedlem i ØSK.

*Johnny Simensen* er medlem i NSF's appellutvalg.

### **Intern sportslig aktivitet.**

Medlemstallet har økt med 11 fra forrige år og totalt 32 de 2 siste årene. Økningen er på mosjonssiden primært.

De aktive løfterne har trent godt, men det er liten rekruttering til konkurranseløftingen.

Nybegynnertrening er avholdt 2 ggr. i uka mesteparten av året med Morten Werner Olsen som instruktør.

### **Dommeroppgaver.**

Arnulf Wahlstrøm, Johnny Simensen, Thorleif Kristiansen og Vidar Nøland har alle hatt dommeroppgaver dette året på klubb, krets og/eller forbunds nivå.

Arnulf Wahlstrøm har også dømt eller vært i jury under følgende internasjonale mesterskap: VM senior, EM senior og EM i benkpress. Dessuten var han stevneleder under både Benkpress–NM og landskamp mot Danmark.

### **Treneroppgaver.**

Ansvar for nybegynner trening: Morten Werner Olsen .

Ansvar for styrkeløft trening: Arnulf Wahlstrøm og Vidar Nøland

Ansvar for øvrige medlemmer: Jarle Johannesen, Vidar Nøland og Arnulf Wahlstrøm

### **Dommeroversikt.**

HSI har følgende aktive styrkeløftdommere:

Arnulf Wahlstrøm (II), Johnny Simensen (F), Thorleif Kristiansen (F) og Vidar Nøland (K)

### **Den norske lagserien i styrkeløft.**

- For HSI ble det 5. plass i 2. divisjon etter avsluttet serie – 2 plasser ned fra året før. Dette er likevel en bra prestasjon når man tar i betraktning at det ikke var mulig å engasjere de beste løfterne i alle serierunder. Følgende har deltatt i 1 eller flere av totalt 4 serierunder (5 løftere i hver runde):  
Jan Erik Christiansen, Rolf Olsen, Vidar Nøland, Thomas Puzicha, Geir Johannesen, Teemu Pasanen, Rino Lund og Paul A. Solberg.
- I benkpresserier i senior fikk HSI 1. plass i 2. divisjon senior. Dette er en flott prestasjon og følgende deltok i 1 eller flere av de 4 serieomgangene (5 løftere i hver omgang): Lars Magnusson, Jan Erik Christiansen, Rolf Olsen, Geir Johannesen, Aksel Myrvang, Rino Lund, Lars Markussen
- I benkpresserier for junior ble det en 3. plass med følgende deltakere: Morten Werner Olsen, Paul A Solberg, Torgeir Solberg, Jan R. Bærug Hansen, Fredrik Taraldsen og Teemu Pasanen .

### **Norgesserien.**

Her ble Geir Johannesen nummer 8, Rolf Olsen nummer 9 og Thomas Puzicha nummer 12.

### **Plasseringer i norske og internasjonale mesterskap.**

*ANM:* 6. pl. i 82,5 kg : Geir Johannesen,

8. p. 82,5 kg: Rolf Olsen

*BNM:* Ingen deltaker.

*Benk–NM:* 2. pl. i 100 kg yjr.: Morten Werner Olsen

1. pl. i 67,5 s: Jan Erik Christiansen

5. pl. i 90 kg s: Geir Johannesen

6. pl. i 82,5 kg s: Rolf Olsen

*Jr–NM :* 3 pl. i 82,5 kg y.jr.: Paul Andrè Solberg

*Norgesserien:* Senior: nr. 8: Geir Johannesen, nr. 9: Rolf Olsen, nr. 12: Thomas Puzicha

### **Hedersbevisninger.**

- *HSI's Vandrepokal for beste idrettsprestasjon* tilfaller *Geir Johannesen*
- *HSI's Innsatspokal* deles ut til den som har gjort en spesielt god innsats for drift av klubben og tilfaller :  
*Morten Werner Olsen*
- *HSI's Rekruttpokal* tildeles den løfter som i sine første aktive år har hatt størst treningsframgang og gode stevneresultater.  
*Paul Andrè Solberg og Morten Werner Olsen*

### **Dugnader**

- Den årlige vaskedugnaden i treningsanlegget fant sted 12 oktober og ca. 25 medlemmer hjalp til. Det hele gikk som vanlig greit unna.
- Vaskedugnad med etterfølgende boning av hele korridoren ble gjort av 6 medlemmer 28 november.
- Fortløpende reparasjoner av treningsutstyret er fulgt opp av materialforvalterne.

**Nytt utstyr**

13 skivestativer er kjøpt fra ER Equipment i Danmark: ca. Kr. 35.000,-

**Økonomisk støtte**

- Berg Sparebank Kr. 500,-
- Halden Sparebank Kr. 7.500,-
- Kulturmidler Kr. 14.555,-
- Statlige kulturmidler for ungdom (NIF): kr. 11.900,-

**Kurser.**

Treningssamling over 2 dager med landslagssjef Dietmar Wolf ble arrangert i vårt treningsanlegg 29–30 januar i regi av ØSK.

Følgende deltok: *Rolf Olsen, Geir Johannesen, Thomas Puzicha, Jarle Johannesen, Morten W. Olsen, Cato Fuglevig, Lars Magnusson og Fredrich Taraldsen*

*Morten Werner Olsen* har deltatt på week-end kurs i Ungdom og Rekruttering arrangert på Toppidrettssentret i Oslo i regi av NSF.

*Terje Teigen og Bjørn-Anders Jensen* deltok på A kurs på Toppidrettssentret i Oslo i desember. Kurset ble arrangert i regi av NSF.

**Sportslige prestasjoner 2000.**

7 februar. Klubbmesterskap i Benkpress. 16 deltakere. Beste løftere på poeng: Fredrich Taralsen (YJ), Anders Stenbock Eriksen (EJ), Lars Magnusson (S) og Bjørn Lund (EV).

Vektkl.	<i>Alder</i>	<i>Nr.</i>	<i>Navn</i>	<i>Kneb.</i>	<i>Benk</i>	<i>Mark</i>	<i>Sum</i>
67,5	YJ	1	Cato Fuglevig	–	85	–	70,5
75	"	1	Paul A. Solberg	–	90	–	66,0
90	"	1	Fredrich Taraldsen	–	117,5	–	77,1
100	"	1	Morten Werner Olsen	–	117,5	–	73,2
82,5	EJ	1	Anders Stenbock Eriksen	–	95	–	64,9
67,5	Sen.	1	Jan Erik Christiansen	–	135	–	105,5
75	"	1	Aksel Myrvang	–	110	–	78,8
"	"	2	Jarle Johannesen	–	97,5	–	71,3
"	"	3	Espen Sandaker	–	92,5	–	70,1
82,5	"	1	Rolf Olsen	–	155	–	106,4
"	"	2	Terje Samuelsen	–	105	–	70,3
90	"	1	Geir Johannesen	–	155	–	103,0
"	"	2	Thomas Puzicha	–	115	–	76,3
110	"	1	Lars Magnusson	–	180	–	106,9
90	EV	1	Jan Sandvik	–	92,5	–	58,8
110	"	1	Bjørn Lund	–	115	–	69,5

12 februar. Benkpress-cup i Askim. Deltakere fra Oslo, Akershus og Østfold. 4 deltakere fra HSI.

Vektkl.	<i>Alder</i>	<i>Nr.</i>	<i>Navn</i>	<i>Kneb.</i>	<i>Benk</i>	<i>Mark</i>	<i>Poeng</i>
82,5	YJ	2	Fredrik Taraldsen	–	112,5		75,47
75	Sen.	11	Aksel Myrvang		115		82,96
82,5	Sen.	2	Rolf Olsen		155		105,32
82,5	Sen	3	Geir Johannesen		150		100,79

21 februar. Seriestevne i Halden. 8 deltakere totalt. 6 fra HSI							
Vektkl.	Alder	Nr.	Navn	Kneb.	Benk	Mark	Sum
82,5	ej	1	Jan Reidar B. Hansen	140	90	180	410
82,5	S	2	Rolf Olsen	205	145	250	600
82,5	S	1	Geir Johannesen	247,5	155	220	622,5
90	S	1	Thomas Puzicha	190	115	190	495
100	s	1	Vidar Nøland	215	117,5	230	562,5
100	ej	1	Teemu Pasanen	200	140	260	600

13 mars. Klubbmesterskap i 3-løft. 8 deltakere. Klubbmestre på poeng ble: YJr: Morten Werner Olsen. EJr: Jan Reidar Bærug Hansen. Senior: Geir Johannesen								
Vektkl.	Alder	Nr.	Navn	Kneb.	Benk	Mark	Sum	Poeng
75	YJr.	1	Torgeir Solberg	105	75	125	305	227,8
100	"	1	Morten Werner Olsen	120	120	180	420	262,9
82,5	EJr	1	Jan Reidar Bærug Hansen	130	90	190	410	278,8
82,5	Sen.	1	Geir Johannesen	245	160	230	635	426,0
"	"	2	Rolf Olsen	210	157,5	245	612,5	414,6
"	"	3	Rino Lund	185	115	185	485	325,6
90	"	1	Thomas Puzicha	192,5	115	195	502,5	332,6
100	"	1	Vidar Nøland	220	125	245	590	363,0

ANM arrangert av Brumunddal AK 31 mars til 2 april. 2 deltakere fra HSI.							
Vektkl.	Alder	Nr.	Navn	Kneb.	Benk	Mark	Sum
82,5	s	6	Geir Johannesen	250	160	240	650
"	s	8	Rolf Olsen	215	152,5	252,5	620

KM arrangert av HSI 13/5. Totalt 11 deltakere. 4 løftere fra HSI										
Vekt-klasse	Alder	Navn	Klub b	Bøy	Benk	Mark	Totalt	Nr.	Poeng	Nr
75	yj	Paul Andre Solberg	HSI	180	90	205	475	1	347,083	1
100	yj	Morten Werner Olsen	HSI	135	117,5	200	452,5	1	284,396	2
82,5	s	Rolf Olsen	HSI	215	157,5	255	627,5	1	422,873	1
100	s	Vidar Nøland	HSI	235	130	270	635	1	390,525	2

Benkpress cup for Østlandet arrangert 3/6 av HSI med 19 deltakere. 6 deltakere fra HSI							
						Benk	
67,5	sen	1	Jan ErikChristiansen			<b>135,0</b>	
75	y.jr.	1	Torgeir Solberg			<b>80,0</b>	
82,5	sen	1	Rolf Olsen			<b>155,0</b>	
90	sen	1	Geir Johannesen			<b>162,5</b>	
90	sen	3	Thomas Puzicha			<b>122,5</b>	
110	sen	1	Lars Magnusson			<b>185,0</b>	

NM i Benkpress. Arrangert av Sundbyfoss SK i Hof.							
					<i>Benk</i>		
100	y.jr	2	Morten Werner Olsen		<b>115</b>		
67,5	sen	1	Jan Erik Christiansen		<b>140</b>		
82,5	sen	6	Rolf Olsen		<b>145</b>		
90	sen	5	Geir Johannesen		<b>167,5</b>		

Benkpress cup for Østlandet arrangert i Askim 28/10.							
82,5	sen	1	Rolf Olsen		<b>145,0</b>		
90	sen	1	Geir Johannesen		<b>162,5</b>		
110	sen	1	Lars Magnusson		<b>190,0</b>		

Junior-NM i Bergen 11/11. Leder Thomas Puzicha.							
82,5	yjr	3	Paul Andre Solberg	180	<b>95</b>	190	465

KM i benkpress 18/11. Arr. Fredrikstad SK. 5 deltakere fra HSI							
100	yjr.	1	Morten Werner Olsen		<b>115</b>		
75	sen.	1	Aksel Myrvang		<b>112,5</b>		
82,5	sen	1	Rolf Olsen		<b>160</b>		
110	sen	2	Lars Magnusson		<b>185</b>		
110	sen	3	Lars Markussen		<b>170</b>		

### **Økonomi.**

Det har også dette året vært god økonomisk styring og regnskapet viser et driftsoverskudd på ca. 7.000 kroner.

### **Generelt.**

Det er fortsatt vanskelig å rekruttere nye løftere til konkurransegruppa. De som satser trener imidlertid bra og fasiten av medaljer i krets-, region-, og norske mesterskap er 12 (25 f.å.) medaljer. 8 (15 f.å.) av disse er av gullvalør.

HSI gjorde en flott innsats i den norske lagserien ved å vinne seniorenens 2. divisjon i benkpress (6. plass i 1. div f.å.). Juniorlaget fikk 3. plass i juniorserien (4 f.å.).

I hovedserien i 3-kamp ble det 5. plass (3 f.å.) i seniorenens 2. divisjon.

Klubben kan også glede seg over individuelle NM deltakere både i ANM, Benk-NM og Junior-NM med én mester og flere medaljer som fasit.

Landslagstrener Dietmar Wolf instruerte på en week-end samling i januar og dette var en fin stimulans til våre aktive.

På tampen av året fikk vi utdannet 2 nye trenere med A-kurs kompetanse. Disse deltok i et kurs på Toppidrettssentret i regi av NSF og vil ta seg av nybegynnertreninga i 2001. Det er ikke lett å rekruttere trenere, men dette bør være et viktig satsingsområde for klubben framover. Uten trenere og ledere er det heller ingen framtid for klubben.

Drift og vedlikehold av treningsanlegget har fungert bra også dette året. Slitasjen er stor i anlegget og oppgaven med tilsyn, vask, reparasjoner og annet vedlikehold er svært viktig. Drøyt 30 tillitspersoner har dugnadsoppgaver med vask, tilsyn og reparasjoner gjennom hele året. Alle oppgavene er satt i system med kvitteringslister og det er svært viktig for driften at dette opplegget fungerer. De aller fleste gjør en svært god jobb, men desverre så er det enkelte som ikke er like pliktoppfyllende og det skaper til tider klager og merarbeid for styret.

Konklusjonen for driftsåret 2000 er at HSI både driftsmessig, økonomisk og sportslig har lagt nok et godt år bak seg. Medlemsantallet er også økende, men dette har ikke gitt økt rekrutteringen på konkurransesiden, så

her har det nye styret en stor utfordring. Selv om det er positivt med en stor trimaktivitet i laget, så er det konkurranseidretten styrkeløft som gjør laget til en sportsklubb.

*Arnulf Wahlstrøm*  
formann