

# Halden Styrkeidrettslag



## ÅRSBERETNING FOR 2002.

*Klubbmestre 2002: Geir Johannesen, Morten Werner Olsen, Rolf Olsen og Espen André Bøhn*

### **Styrets sammensetning:**

Formann: Arnulf Wahlstrøm  
V.formann: Geir Johannesen  
Sekretær: Vidar Nøland  
Kasserer: Ragnar Akselsen  
Styrem.: Thomas Puzicha  
Varamedl.: Nina Storm Andersen

### **Øvrige tillitsverv:**

Revisor: Olav Ring  
Johnny Simensen  
Valgkomite: Aksel Myrvang  
Trond Hagen  
Johnny Martinsen  
Utklipparkivar: Rolf Olsen  
Materialforvaltere: Ragnar Akselsen(form)  
Bjørn Lund  
Johnny Martinsen  
Trond Hagen

### **Administrativ aktivitet.**

- Medlemmer:** Totalt 233(195 f.å.)  
Damer u. 18 år: 7 (4 f.å.). Damer o. 18 år: 17(17 f.å.)  
Herrer u. 18 år: 80(50 f.å.). Herrer o. 18 år: 129 (124 f.å.)  
Herav er 9 (11 f.å.) passive medlemmer og 6 (6 f.å.) æresmedlemmer.
- Møter:** Årsmøtet ble avviklet 28.1 med 36 medlemmer til stede (32 f.å.)  
I løpet av året er det holdt 3 styremøter (6 f.å.)
- Media:** Halden Arbeiderblad har hatt noe dekning av alle mesterskap og stevner våre medlemmer har deltatt i.
- Representasj.:** - På ØSK's årsmøte deltok Arnulf Wahlstrøm og Thomas Puzicha.  
- Under HIRs årsmøte deltok Arnulf Wahlstrøm  
- Ved NSF's forbundsting i Oslo deltok Geir Johannesen, Vidar Nøland og Thomas Puzicha.  
Arnulf Wahlstrøm var dirigent under tinget.
- Representasjon i andre idrettsorganisasjoner:**  
*Arnulf Wahlstrøm* er president i EPF, visepresident i IPF og var visepresident i NSF fram til forbundstinget der han frasa seg gjenvalg etter 23 år i styret. Han er også medlem i IPF's tekniske komite og i ØSK's valgkomite.  
*Thorleif Kristiansen* var styremedlem i ØSK fram til årsmøtet der han frasa seg gjenvalg etter 6 år i styret.  
*Thomas Puzicha* er styremedlem i ØSK.  
*Johnny Simensen* er medlem i NSF's appellutvalg.

### ***Treningsaktivitet.***

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

Nybegynnertrening er avholdt 2 ggr. i uka der Bjørn-Anders Jensen og Terje Teigen var instruktører fram til sommerferien og Magnar Fuglevig instruktør etter ferien.

### ***Dommeroppgaver.***

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

Thomas Puzicha har avlagt kretsdommerprøven med godt resultat.

Arnulf Wahlstrøm har også dømt eller vært i jury under følgende internasjonale mesterskap: VM senior og EM senior. Dessuten var han stevneleder under Junior-NM og Benkpress-NM.

### ***Treneroppgaver.***

Ansvar for nybegynnertrening: Bjørn-Anders Jensen og Terje Teigen første halvdel av året og Magnar Fuglevig andre halvdel.

Ansvar for styrkeløfttrening: Arnulf Wahlstrøm og Vidar Nøland.

Ansvar for øvrige medlemmer: Vidar Nøland og Arnulf Wahlstrøm

### ***Dommeroversikt.***

HSI har følgende aktive styrkeløftdommere:

Arnulf Wahlstrøm (I1), Johnny Simensen (F), Thorleif Kristiansen (F) , Vidar Nøland (K) og Thomas Puzicha (K).

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

- HSI ble nummer 8 av 13 lag i 1 divisjon senior. Følgende har deltatt i 1 eller flere av totalt 4 serierunder (5 løftere i hver runde):  
Rolf Olsen, Vidar Nøland, Thomas Puzicha, Geir Johannesen, Lars Markussen.

I benkpresserien fikk HSI 7. plass av 9 lag i 1. divisjon senior. Følgende deltok i 1 eller flere av de 4 serieomgangene (5 løftere i hver omgang): Lars Markussen, Arne Fuglevig, Jan Erik Christiansen, Rolf Olsen, Geir Johannesen, Thomas Puzicha, Terje Samuelsen.

- I benkpresserien for junior ble det en 6. plass, da vi ikke klarte å stille fullt lag i alle 4. rundene. Følgende har deltatt: Espen Bøhn, Morten Werner Olsen, Bjørn-Anders Jensen.

### ***Norgesserien.***

Senior: Her ble Lars Markussen nummer 5, Geir Johannesen nummer 8, Thomas Puzicha nummer 9 og Vidar Nøland nummer 15. Totalt 26 deltakere.

Yngre veteran: Rolf Olsen ble nummer 3 (av 14).

**Plasseringer i norske og internasjonale mesterskap.**

ANM: 4. pl. 90 kg: Geir Johannesen  
6. pl. 110 kg: Lars Markussen

B-NM 1. pl. 110 kg: Lars Markussen  
5. pl. 100 kg: Thomas Puzicha

Vet-NM: 3. pl. y.v. 90 kg: Rolf Olsen

Benk-NM: 2. pl. 82,5 y.v.: Rolf Olsen

JR-NM: Ingen deltaker

Nordisk Benk 4. pl. 90 kg: Geir Johannesen  
4. pl. 110 kg: Lars Markussen

**Hedersbevisninger.**

- HSI's Vandrepokal for beste idrettsprestasjon tilfaller Rolf Olsen
- HSI's Innsatspokal deles ut til den som har gjort en spesielt god innsats for drift av klubben og tilfaller : Thomas Puzicha.
- HSI's Rekruttpokal tildeles den løfter som i sine første aktive år har hatt størst treningsframgang og gode stevneresultater. For 2002 tilfaller pokalen Espen Bøhn.
- Arnulf Wahlstrøm ble tildelt ØIK's "Fair Play" prisen. Premie: Kr. 8000,- til HSI og kr. 2000,- til Arnulf.

**Dugnader**

- Den årlige vaskedugnaden i treningsanlegget fant sted 14 oktober og ca. 25 medlemmer hjalp til. Det hele gikk som vanlig greit unna. Motz ved Tom Olsen sponset boller og skolebrød.
- Fortløpende reparasjoner av treningsutstyret er fulgt opp av materialforvalterne med Ragnar Akselsen i spissen.

**Nytt utstyr**

Dipsmaskin Kr. 20.600,-  
2 spinningssykler Kr. 16.000,-  
Skinnsafa Kr. 7.000,-

**Økonomisk støtte**

- Halden Sparebank..... Kr. 7.500,-
- Kulturmidler ..... Kr. 16.325,-
- Statlige kulturmidler for ungdom (NIF):..... Kr. 17.050,-
- ØIK's "Fair Play" pris ..... Kr. 8.000,-

**Utdanning/Kurser.**

Treningssamling over 2 dager med landslagssjef Dietmar Wolf ble arrangert i vårt treningsanlegg 22-23 februar. 3 deltakere fra Askim SK og 6-7 fra Halden SI.

Thomas Puzicha har deltatt på NSF's URK-kurs (ungdom og rekruttering) på Toppidrettssentret 9-10 november. Thomas Puzicha har deltatt på dommerkurs og bestått prøven til kretsdommer.

**Sportslige prestasjoner 2002.**

Stevnetype: KLM Benkpress	Dato: 4 februar 2002
Klubbmestere på poeng: Espen A. Bøen (u), Bjørn-Anders Jensen (yjr), Morten Werner Olsen (ejr), Geir Johannesen (s), Rolf Olsen (yv), Bjørn Lund (ev), Jan Sandvig (sv)	

Vekt kl.	Alder	Nr.	Navn	Klubb	Benkpress	Poeng Sum
100	U	1	Espen Andre Bøen	Halden SI	90	57,042
82,5	Yjr.	1	Bjørn-Anders Jensen	''	87,5	59,596
100	Ejr	1	Morten Werner Olsen	''	125	77,825
82,5	S	1	Jarle Johannesen	''	105	73,049
100	S	1	Geir Johannesen	''	162,5	102,131
''	S	2	Thomas Puzicha	''	130	81,744
82,5	YV	1	Rolf Olsen	''	150	100,485
''	''	2	Arne Fuglevig	''	130	87,672
110	EV	1	Bjørn Lund	''	130	78,689
90	SV	1	Jan Sandvig	''	92,5	57,008

Stevnetype: B/V-NM. 3 deltakere fra HSI Lagledere: Geir Johannesen	Dato: 16-17 februar 2002
--	--------------------------

Vekt kl.	Alder	Nr.	Navn	Klubb	Kne-bøy	Benkpress	Markl.	Sum	Sum poeng
100	B-NM	5	Thomas Puzicha	Halden SI	205	137,5	200	542,5	337,598
110	''	1	Lars Markussen	''	245	182,5	285	712,5	422,0138
90	V-NM	3	Rolf Olsen	''	235	155	255	645	426,9255

Stevnetype: Seriestevne	Dato: 28 februar 2002								
7 løftere fra HSI deltok									
Vekt kl.	Alder	Nr.	Navn	Klubb	Knebøy	Benkpress	Mark-løft	Sum kg	Poeng Sum
100	Ejr	1	Morten W. Olsen	HSI		125		125	77,575
100	Sen.		Thomas Puzicha	''		140		140	87,724
''	''		Terje Samuelsen	''		120		120	76,188
''	''		Geir Johannesen	''	250	160	230	640	405,184
''	''		Vidar Nøland	''	215	120	235	570	349,923
110	''		Lars Markussen	''		185		185	109,372
125	''		Pål Guddal	Askim		200		200	116,980
90	Yv.		Rolf Olsen	HSI			260	260	173,810

Stevnetype: Senior-NM. Sted: Sande. 2 deltakere fra HSI Lagledere: Jan Erik Christiansen, Vidar Nøland og Thomas Puzicha Dommer. Arnulf Wahlstrøm	Dato: 16-17 mars 2002
--	-----------------------

Vekt kl.	Alder	Nr.	Navn	Klubb	Kne-bøy	Benkpress	Markl.	Sum	Sum poeng
90	S	4	Geir Johannesen	''	250	165	240	655	418,1520
110	''	6	Lars Markussen	''	250	182,5	290	722,5	428,1535

Stevnetype: Klubbmesterskap 3 løft	Dato: 15 april 2002
------------------------------------	---------------------

## Klubbmestere på poeng: Espen André Bøhn (U), Morten Werner Olsen (EJ), Geir Johannesen (S), Rolf Olsen (YV)

Vekt kl.	Alder	Nr.	Navn	Klubb	Kne- bøy	Benk- press	Markl.	Sum	Sum poeng
100	U	1	Espen André Bøhn	Halden SI	155	97,5	180	432,5	271,6965
100	EJ	1	Morten Werner Olsen	"	150	122,5	190	462,5	285,825
100	S	1	Geir Johannesen	"	250	162,5	230	642,5	407,9233
"	"	2	Vidar Nøland	"	235	130	265	630	384,678
"	"	3	Thomas Puzicha	"	225	142,5	200	567,5	355,5955
"	"	-	Terje Samuelsen	"	-	122,5	-	122,5	77,273
110	"	-	Lars Markussen	"	-	187,5	-	187,5	111,0563
82,5	YV	1	Rolf Olsen	"	235	157,5	255	647,5	434,4078

Stevnetype KM				Dato: 1 juni					
				2 løftere fra Halden SI					
Vekt kl.	Alder	Nr.	Navn	Klubb	Knebøy	Benk- press	Mark-løft	Sum kg	Poeng Sum
100	Y.JR	1	Espen A. Bøhn	HSI	160	95	180	435	273,702
100	Sen.	2	Thomas Puzicha	"	200	140	190	530	335,914

Stevnetype: Seriestevne				Dato: 10 mai					
				5 løftere					
Vekt kl.	Alder	Nr.	Navn	Klubb	Knebøy	Benk- press	Mark-løft	Sum kg	Poeng Sum
100	Yjr	1	Espen A. Bøhn	HSI	160	95	180	435	271,875
"	S	2	Geir Johannesen	"	220	145	200	565	358,493
"	"	1	Vidar Nøland	"	215	125	240	580	353,858
110	"	1	Lars Markussen	"	220	180	270	670	398,338
82,5	Yv.	1	Rolf Olsen	HSI	215	140	220	575	399,338

Stevnetype Benk-Nordisk i Fredrikstad				Dato: mai					
				2 løftere fra Halden SI. Speaker og dommer: A. Wahlstrøm					
Vekt kl.	Alder	Nr.	Navn	Klubb	Knebøy	Benk- press	Mark-løft	Sum kg	Poeng Sum
90	Sen	4	Geir Johannesen	HSI		175		175	
110	"	4	Lars Markussen	HSI		205		205	

Stevnetype Benk-NM i Florø				Dato: 31 august					
				1 løftere fra Halden SI					
Vekt kl.	Alder	Nr.	Navn	Klubb	Knebøy	Benk- press	Mark-løft	Sum kg	Poeng Sum
82,5	Y.JR	2	Rolf Olsen	HSI		147,5		147,5	100,772

Stevnetype: Seriestevne				Dato: 28 november					
				6 løftere					
Vekt kl.	Alder	Nr.	Navn	Klubb	Knebøy	Benk- press	Mark-løft	Sum kg	Poeng Sum
100	Yjr	1	Espen A. Bøhn	HSI	155	95	180	430	269,868
"	S	1	Geir Johannesen	"	220	145	210	575	366,045
"	"	2	Thomas Puzicha	"	222,5	142,5	210	575	361,0425
"	"	3	Terje Samuelsen	"	-	115	-	115	71,6335
110	"	1	Lars Markussen	"	200	180	275	655	387,8255
82,5	Yv.	1	Rolf Olsen	HSI	210	140	230	580	402,462

Stevnetype: KM i benkpress				Dato: 23 november					
				15 løftere					
Vekt kl.	Alder	Nr.	Navn	Klubb	Knebøy	Benk- press	Mark-løft	Sum kg	Poeng Sum
90	S	1	Geir Johannesen	HSI		155		155	99,169

100	”	2	Thomas Puzicha	”		145		145	91,611
82,5	Yv.	2	Rolf Olsen	”		147,5		147,5	101,185
90	SV	1	Jan Sandvig	”		90		90	58,941

Resultater fra HAWAII –stevne i benkpress.

Dato: 26 desember 2002.12.26

Sted: Halden ST's treningscenter.

Navn	Kr.v.	Alder	Benk 1	Benk2	Benk3	Benk4	Benk – Kr.v.	Plass.
Frode Westby	75,5	EJ	95	100	107,5	X112,5	32,0	1
Adrian Larsen	92,7	YJ	95	105	110	115	22,3	2
Rolf Olsen	79,3	YV	140	150	X155	-	70,7	1
Thomas Puzicha	91,8	S	140	145	150	152,5	60,7	2
Jan Reidar Bærug Hansen	85,5	S	115	125	X130	X132,5	39,5	3
Kim Saksgård	106,8	S	135	142,5	X147,5	-	35,7	4
Terje Samuelsen	95,4	S	105	115	127,5	x132,5	32,1	5
Per-Kristian Gundrosen	82,0	S	100	105	110	X112,5	28,0	6

Stevneleder: T. Puzicha. Sekret. A. Wahlstrøm. Ingen dommere!

### **Økonomi.**

Det har også dette året vært god økonomisk styring og regnskapet viser et driftsoverskudd på ca. 13.000 kroner. Overskuddet gjenspeiler bl.a. økte inntekter fra medlemskontingenten.

### **Generelt.**

Medlemstallet har økt med ca. 20% (38 medlemmer) fra forrige år og størst økning er det i gruppen gutter under 18 år med 30 flere enn året før. Dette er en fin tilvekst for laget.

Likevel er det fortsatt vanskelig å rekruttere nye løftere til konkurransegruppa. De som satser trener imidlertid bra og fasiten av medaljer i krets- og norske mesterskap er 9 (10 f.å.). 4 (8 f.å.) av disse er av gullvalør.

Landslagstrener Dietmar Wolf instruerte på en weekend samling i februar og dette var en fin stimulans til våre aktive.

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.

HSI markerte 40 års-jubileet på klubbens årsmøte med bl.a. hedring av klubbens æresmedlemmer, historisk tilbakeblikk av formannen og god bevertning sponset og levert av klubbens æresmedlem Tom Olsen. Konklusjonen for driftsåret 2002 er at HSI både driftsmessig, økonomisk og sportslig har lagt nok et godt år bak seg. Medlemstallet er økt og det har gitt klubben flere trimmere, men tross alt så er det konkurranseidretten styrkeløft som gjør laget til en sportsklubb og her er rekrutteringen for svak. Det er en utfordrende oppgave for det nye styret å prøve å forbedre dette framover.

*Arnulf Wahlstrøm*  
formann