



# DANSK STYRKELOFT FORBUND

## DANISH POWERLIFTING FEDERATION

### Dagsorden til repræsentantskabsmødet i DSF for året 2024

Afholdes på Scandic Hotel, Hvidkærvej 25, 5250 Odense S, søndag den 23. marts kl. 10.00. morgenmad fra 9.30

#### 1. Valg af dirigent

#### 2. Prøve af mandater

#### 3. Formandens beretning

### FORMANDENS BERETNING D.S.F. 2024

#### De strategiske spor

De strategiske spor samt grundstøtten, som afgøres gennem et tæt samarbejde med DIF, udgør en betydelig del af DSF's økonomi. Grundstøtten, som er den mindre del af støtten fra DIF, fastsættes uden særlige specifikke krav i forhold til hvilken specialområder, der sættes økonomisk fokus på.

#### Strategisporene 2022-2025

Sporene for perioden 2022-2025 er fordelt på fire retninger inden for såvel bredde- og eliteidræt:

1. Dansk Styrkeløft Forbund vil styrke fagligheden, kulturen og organisationen omkring landsholdet og i forbundet.
2. DSF vil styrke samarbejdet med kommercielle aktører med henblik på vækst inden for voksenmålgruppen.
3. DSF vil have flere unge i alderen 10-18 år ind i sporten.
4. DSF vil samarbejde om DIF's Soldaterprojekt ved at åbne sporten op for andre målgrupper

#### Spor 1:

Vores sportschef, Bjarte Vik Larsen, har arbejdet på højt professionelt niveau i forhold til både landholdssamlinger og videreudvikling af træneruddannelsen. Landholdssamlingerne er sikret en høj faglighed ved Bjartes teoretiske oplæg, der altid er videnskabeligt underbygget samt af hans evne til at vejlede og hjælpe løftere under den fysiske træning. Bjartes evne til at analysere løft, hjælpe løftere i udstyr, træne løftere i at præstere i konkurrencesituationer samt opmuntre løftere under træning, viser blot, at vi har en sportschef, der udover at være teoretisk skarp og klog, også mestrer alle facetter ved den fysiske træning samt under en konkurrence.

I år har vi kombineret fællestræninger for landsholdet med regionstræninger. Dette er ud fra et ønske fra landsholdsløfterne om, at nogle af samlingerne kunne være mere koncentreret i løfternes nærområde med færre deltagere. Vi vil i det nye år vurdere, hvilken effekt denne måde at opdele landholdssamlingerne har haft.

De danske landsholdsløftere har vist et højt niveau internationalt, og DSF stod for 23 af de 165 medaljer som DIF's specialforbund havde vundet i 2024. Det er utroligt flot, når vores forbund ikke er større.

Da vi ansatte Bjarte som sportschef var to af vores højeste ønsker, at der blev udarbejdet en specifik træneruddannelse med højt niveau samt at der blev udviklet styrkeløfttræningsprogrammer med vejledning, som var gratis og tilgængelig for styrkeløftere, ligeledes af høj kvalitet. Det var høje krav, men de er i den grad blevet indfriet.

Der er nu 17 rigtigt gode styrkeløftprogrammer tilgængelige på DSF's hjemmeside samt en level 1 og level 2 træneruddannelse i styrkeløft, som bliver tilbudt vores medlemmer gratis. Derudover vil der i 2025 blive udarbejdet en level 3 styrkeløfttræneruddannelse til brug fra 2026. Dette viser, at vi så absolut har arbejdet med første spor.

Vi har i dag 40 trænere der har gennemført level 1 og 6 trænere på level 2 styrkeløfttræneruddannelsen – Og flere er på vej.

Endelig har vi et tæt samarbejde med Bjarte i bestyrelsen, hvor vi trækker på hans viden, kompetencer og synspunkter. Så sent som ved mødet d.11.1.2025, hvor vi arbejdede med konkretisering af de strategiske spor 2026-2029, havde vi Bjarte med og havde stort udbytte af hans viden.

Sub-junior og juniorlandsholdet er ligeledes blevet udviklet. Med et trænersteam, der råder over syv trænere, er der mulighed for en bredere trup samt et tættere samarbejde mellem træner og løftere - også mellem samlingerne. Derudover er der også klare forventninger om et tættere samarbejde mellem sub-juniorlandsholdet og seniorlandsholdet både hvad angår løftere og trænere.

Spør 2:

DSF har oprettet flere klubber i kommercielle centre samt udviklet de klubber, der i forvejen er placeret i kommercielle centre. Samarbejdet her er en oplagt mulighed for at inspirere personer, der allerede er i centre og som løfter vægte, til at prøve kræfter med styrkeløft. Derudover skaber det ligeledes ekstra liv, klubmiljø og muligheder for alle medlemmer i et kommerciel center.

Spør 3:

DSF arbejder målrettet med at få flere i alderen 10-18 ind i sporten. Blandt andet har vi skoleprojektet: Danmark stærkest klasse, som er et tiltag, hvor vi præsenterer folkeskoleelever og deres lærer for styrkeløft gennem simple øvelser. Dette laves i samarbejde med klubber og suppleres også med skoleforløb. Derudover arbejder vi på, at der kommer flere stævner på terminslisten, som er rettet mod de unge. I klubberne gøres der meget for at skabe et inkluderende og uhøjtideligt miljø, hvor der er plads til alle. Der er klubber, som er klar til at tage imod unge og give dem en god introduktion i styrkeløft, hjælpe dem til træning og gennem deres første konkurrencer. Ude til stævnerne ses dette tydeligt. Det er en holdning, der sikrer, at unge løftere får lyst til at dyrke styrkeløft, komme til træningerne og forhåbentligt blive i sporten i lang tid.

Spør 4:

Vores sidste spor er samarbejdet med DIFs Soldaterprojekt, hvor det i 2024 er lykkedes at oprette forbundets første Safezone for veteraner sammen med Roskilde Atlet Klub. Derudover har vi sammen med AK Odin igen i år deltaget ved årets julecamp for veteraner og deres familier. Arbejdet med Soldaterprojektet er utrolig givende og ved at involvere os i dette, tager vi også vores del af ansvaret for at hjælpe andre målgrupper til en aktiv hverdag.

2024 har været et godt år, hvor vi har arbejdet godt med de strategiske spor. Samlet set er vi godt på vej til at indfri de strategiske målsætninger for perioden 2022-2025 – dette ikke mindst takket være en ihærdig indsats fra mange klubber rundt om i landet

Vi har lagt et godt grundlag for at arbejde videre med dem i 2025. Der er altid mulighed for, at klubber kan byde ind med at arbejde med de strategiske spor. Vores udviklingskonsulent Peter Andersen står klar til at hjælpe jer i gang. Det kan også være et samarbejde med flere klubber om et projekt. Der kan være tale om et mindre projekt. Det er vigtigt at understrege, at arbejdet med de strategiske spor er afgørende for DIF's økonomiske støtte. En støtte som forbundet er meget afhængige af.

### **De strategiske spor i nærmeste fremtid 2026-2029**

De strategiske spor, bliver udarbejdet i tæt samarbejde med strategikonsulenter fra DIF. Igen i den kommende strategiperiode, har specialforbundene i DIF haft mulighed for at være mere med til at udforme, hvilke projekter og områder i forbundet, det giver bedst mening at understøtte. Da vi indleder en ny strategiperiode fra 2026, har der i 2024 været brugt langt flere ressourcer i bestyrelsen på udvikling af de nye strategispør, hvilket har været både spændende og krævende. DIF-konsulenterne har været gode sparringspartner og vores udviklingskonsulent Peter Andersen har været helt uundværlig under denne proces.

Dette gode samarbejde har udmøntet sig i følgende spor for 2026-2029:

1. Vækstrejse indenfor voksengruppen gennem partnerskaber med kommercielle aktører i nye inkluderende fællesskaber.
2. Talentudvikling og inkluderende elitemiljø på tværs af landshold.
3. Inkluderende fællesskaber for børn og unge i alderen 10-18 år.
4. DIF's soldaterprojekt. Åbner sporten for andre målgrupper.

Begrundelsen for tildeling af samlet årlige strategistøtte på 1.348.000 kr. er ud fra følgende vurdering fra DIF:

#### ***"I vurderingen af det strategiske potentiale er der lagt vægt på flg.:***

- *Det er en ambitiøs strategi med fire spor, som vurderes som realistiske, da den samtidig bygger oven på de nuværende resultater.*
- *Forbundet viser en god forståelse for deres potentiale i forhold til samfunds trends, sundhed og inkluderende fællesskaber.*
- *Potentialet baseret på CFR medlemstal over tid indikerer også fortsat vækst. Faldet i medlemstallet i 2023 begrundes i, at 3.349 udøvere blev flyttet til 'Øvrige' grundet en tvivl om foreningstilknytningen.*
- *SWOT og sporvalg tager udgangspunkt i god databearbejdelse og styrkepositioner.*
- *Forbundet prioriterer at videreføre arbejdet med voksenalvækst; talent og elitearbejde og overgange; børn og unge samt arbejdet med DIF soldaterprojektet.*
- *De valgte spor støtter godt op om DIF's politiske program vedr. Inkluderende fællesskaber; attraktive miljøer for B&U; talentarbejde; samarbejde med omverden; ansvarlig idræt.*

#### ***I vurderingen af eksekveringsevnen er der lagt vægt på flg.:***

- *Der har været en god eksekvering på de nuværende spor.*
- *Der er kompetence og kontinuitet i administrationen.*
- *Dansk Styrkeløft Forbud har formået at gennemføre et glidende formandsskifte, og der er et fint fundament til at løfte aftalen."*

Dette er et samarbejde og et resultat, som vi er godt tilfredse med. Derudover har samarbejdet med DIF og DIF's strategikonsulenter styrket vores generelle samarbejde med DIF.

3349 medlemmer er blevet flyttet fra DSF til DIF's øvrige, hvilket næsten har halveret vores medlemstal. Vi er i dialog med DIF om deres håndtering af flytning af medlemmer og de er lydhør. Vi arbejder på at få medlemmerne flyttet tilbage, og DIF er ikke afvisende. Dog har vores vedholdne ytringer om, at vi finder det dybt uretfærdigt og urigtigt være med til at sikre, at flytningen af medlemmer ikke har haft en påvirkning på strategistøtte i perioden 2026-2029.

I starten af året d.11.1.2025 har vi i bestyrelsen arbejdet videre med en yderligere konkretisering af overstående spor. Denne konkretisering bliver grundlaget for vores videre samarbejde med DIF.

Allerede nu er den økonomiske ramme for sporene tildelt og takket være blandt andet en god eksekveringsevne på nuværende spor, kompetence og kontinuitet i administrationen samt en god forståelse for vores potentiale, kigger vi ind i en stigning i strategistøtten på 91.000 til 1.348.000 i 2026 vs. 2025.

## **Bestyrelsen**

Vi har været glade for, at nye kræfter er trådt til i bestyrelsen. Diddé Hauch er trådt ind i bestyrelsen, hvor hun tidligere var suppleant, Emil Fuglesang er også et nyt medlem af bestyrelsen og så er Trine Bagger trådt ind som næstformand.

En stor tak til Pia Skovborg og Niels Christian Dall for deres store arbejde for bestyrelsen. Det er med stor forståelse for, at de har ønsket at bruge mere tid på familielivet.

Bestyrelsesmøderne har været afholdt på Jørgen og Evas privatadresse, hvilket har sparet forbundet for udgifter til eventuelt lejede mødelokaler. Derudover har vi også afholdt onlinemøder efter behov.

Bestyrelsen har udover bestyrelsesmøde afholdt møder om udviklingen af de strategiske spor. Dette har været med til, at hele bestyrelsen nu er involveret i arbejdet og har en dyb forståelse af vigtigheden af, at der arbejdes videre med de strategiske spor.

Da vi har bestyrelsesmedlemmer i alle udvalg, har vi derigennem haft et godt samarbejde med udvalgene. Vi tager løbende emner op, der berører udvalgene og debatterer, hvordan vi i bestyrelsen kan bidrage til at lette opgaverne i udvalgene.

Da vi ansatte sportschef Bjarte, var det et ønske fra medlemmernes side om at bruge af DSF's formue for at udvikle styrkeløft. Det er i den grad lykket. Vi har udviklet styrkeløft og forbundet, og det var ikke sket uden vores to ansatte: sportschef Bjarte og udviklingskonsulent Peter. Vi har villet mere og vi er kommet langt. Denne økonomiske satsning har vi været nødt til at forholde os til, da vi ellers ville have brugt hele DSF's formue inden for de næste par år. Derfor stillede bestyrelsen ved sidste repræsentantskabsmøde forslag om hævelse af licensopkrævning, hvilket blev godkendt. Det var dejligt at se, at repræsentanterne viste en forståelse for, at der var behov for justeringer, for økonomisk forsvarligt handlen og mulighed for at fastholde den gode udvikling.

I bestyrelsen har vi øje for, at vi får mest styrkeløft for pengene og fastholder den gode retning samt skaber økonomisk mulighed for styrkeløft kan vokse endnu mere.

Vores udviklingskonsulent Peter har været en ren blæksprutte og har været en uundværlig hjælp stort set alle steder. Da vores tidligere kasserer ikke længere havde den fornødne tid til at være kasserer i DSF, og der samtidig blev implementeret nye systemer og strukturer for behandling af regnskab, trådte Peter til i samarbejde med IKC (Idrættens Kompetence Center) og vores nye kasserer. Peter er en stor hjælp til udvikling af klubber samt til udvikling af andre projekter og som sparringspartner i alle former for bestyrelsesspørgsmål. Peter er arbejdsom, dygtig til at finde løsninger og er limen i vores forbund. En kæmpe tak til Peter og hans store betydning for forbundet.

Vores sportschef Bjarte er flyttet tilbage til Norge og gået ned på 30 timer. Da han allerede har lagt et super godt grundlag for både uddannelse og det høje niveau på landsholdet er vi trygge ved hans beslutning. Bjarte

kan nemt dele ud af sin store viden og kompetente input ved deltagelse ved møder online. Dette har vi i bestyrelsen flere gange draget nytte af. Endelig vil han fortsat forestå samlingerne og være at finde ved DM'er. Kontoret i Idrættens Hus har vi igen haft et godt samarbejde med, og de er gode til at løse opgaver, som ligger uden for bestyrelsens arbejdsområde.

DIF har været en stor støtte især i forhold til udarbejdelse af de strategiske spor. Derudover er de utrolig hjælpsomme og står klar med rådgivere og konsulenter indenfor alle områder. Selv om det er Danmarks største idrætsorganisation, bliver vi mødt med varme og en imødekommenhed på et menneskelig plan i øjenhøjde.

DIF har afholdt flere strategimøder med ubegrænset adgang til strategikonsulenter for at sikre at alle specialforbund fik den nødvendige vejledning i at udforme strategispor. Dette har været meget betryggende. Der er ingen tvivl om, at DIF gerne vil have udvikling af strategispor sker ud fra specialforbundenes virkelighed og verden og ikke blot bliver et administrativ tiltag, som specialforbundene ikke kan forholde sig til. Det har været spændende at være med til at forme retningen for DSF.

Derudover har der været deltagelse til budgetmøde og formandsmøder. Desuden har DIF afholdt onlinemøder, hvor de har holdt specialforbundene opdateret på den seneste udvikling. Som forbund kan vi let se os ind i DIF's politiske program og vi føler os som en del af DIF-familien. DIF er gode til at skabe de sociale rammer for at specialforbundene kan dele erfaringer og få nogle gode sparring samt indblik i, hvordan udfordringer kan løses.

Vi har flere gange brugt DIF til at spare med i forhold til fx afholdelse af DM -ugen, regler, søgning af puljer og værdier.

For et år siden blev jeg valgt som formand for DSF. Det var med ærefrygt og en lyst til at arbejde for at danskerne kan se, hvilken fantastisk sport styrkeløft er samt sikre de bedste forhold for medlemmerne i DSF. Det har været et år hvor jeg har skulle sætte mig ind i mange ting og tage mange beslutninger. Men med en stærk bestyrelse i ryggen og kloge og engagerede mennesker, som jeg har kunnet debattere og sparre med, er der fundet gode løsninger. Jeg aldrig stået alene. Det har været et fantastisk år og jeg har fået endnu mere respekt for det store arbejde Klaus Brostrøm har udført i så mange år. Det er hans skuldre jeg altid vil stå på. Uden hans dygtighed, ordentlighed og arbejdsomhed var styrkeløft aldrig kommet så bredt ud, som det er i dag.

Formand for DSF

Eva Buxbom

### **Antidopingudvalget:**

Der er god dialog med Antidoping Danmark, som udtrykker stor tilfredshed med samarbejdet med Dansk Styrkeløft Forbund. Dette skyldes blandt andet vores gode antidoping-arbejde, ligesom måden, hvorpå kontrollanter bliver mødt ude ved stævnerne, bliver rost.

Der er i 2024 foretaget følgende prøver:

Urin - IC	Urin – OC	DBS	Blod	i alt
28	49	51	35	163

I de sidste to år har vi desværre set flere positive prøver. På sidste rep-møde blev der nævnt to prøver afgivet slut 2023. Disse er der nu faldet dom i. Den ene relaterer sig til en løfter fra Aarhus Crossfit Styrkeløfter klub, hvor en licensløfter er udelukket. Den anden relaterer sig til en motionist fra AK Odin. Han er ligeledes udelukket.

I 2024 har der desværre også været flere sager.

AK ODIN har haft en sag med en motionist, som har resulteret i udelukkelse.

RSM har haft en sag med en motionist, som er afgjort med udelukkelse. Derudover ligger der yderligere 2 sager fra RSM, som afventer afgørelse i DIF.

Alle klubber har haft en samtale med udviklingskonsulent Peter Andersen, hvor forbundets regler er indskærpet og mulige tiltag er diskuteret – Herunder også punkt G i stævne reglerne omkring klubsanktion. I den forbindelse gøres der opmærksom på, at klubberne faktisk prioriterer antidoping-arbejdet og aktivt arbejder med det i hverdagen ved blandt andet at bruge antidopingregisteret til kontrol af nye medlemmer samt informere alle om klubbens og forbundets politik på området.

På vegne af Anti-dopingudvalget

Peter Andersen

### **Årsberetning for Internationalt Politisk Arbejde i DSF**

Det internationale arbejde i Dansk Styrkeløft Forbund har i det forgangne år været præget af en række vigtige begivenheder og et styrket samarbejde i Norden. Vi har i høj grad mærket værdien af at være en del af det nordiske fællesskab, hvor samarbejdet og dialogen har været kendetegnet ved gensidig respekt og fælles værdier.

#### **EPF-kongressen i Kroatien**

Ved årets EPF-kongres i Kroatien var der fokus på diskussioner om en ny forfatning og By-Laws. Kort fortalt ville ændringerne betyde at EPF ville få samme regelsæt som IPF. Som bekendt har IPF fået indført enevældet og det er ikke længere muligt at sende forslag til behandling på kongressen og alle beslutninger træffer bestyrelsen. Debatten var intens og engageret, hvilket vidner om, at der er stor interesse for at sikre en stærk og demokratisk fremtid for sporten. Efter mange overvejelser blev de foreslåede ændringer dog trukket tilbage, hvilket gav mulighed for yderligere dialog og bearbejdning af forslagene. På vegne af det Nordiske Styrkeløft forbund fremførte Danmark et forslag om at anerkende Europa rekorder ved de Nordiske mesterskaber. Det blev efter en hed debat nedstemt men ingen kunne være i tvivl om at de Nordiske lande havde en anden holdning.

#### **IPF-kongressen i Litauen**

En af årets absolutte højdepunkter var IPF-kongressen i Litauen, hvor Klaus Brostrøm blev optaget i IPF Hall of Fame. Dette er en fantastisk anerkendelse af hans mangeårige indsats for styrkeløftsporten og en stor ære for både ham og DSF. Vi er stolte over at have en repræsentant i denne eksklusive kreds, og det er et bevis på det høje niveau som Klaus Brostrøm har haft på den internationale politiske scene.

#### **Ekstraordinær EPF-kongres i Pilsen**

Ved den ekstraordinære EPF-Kongres som blev afholdt i forbindelse med EM Junior blev den reviderede forfatning og By-Laws stemt igennem. Med de ændringsforslag som blev drøftet på kongressen i Kroatien, er der således stadigvæk demokrati i Europa og det er muligt at sende forslag til behandling på EPF- kongresser. Det var ønskeligt at IPF så lidt mere på hvordan vi gør det i Europa, men de spiller desværre deres eget spil

#### **Samarbejdet i Norden**

Vi har i øjeblikket formandskabet i det Nordiske Styrkeløft Forbund (NPF) og det har være nogle store sko at fylde ud efter Klaus Brostrøms mangeårige virke som NPF-præsident. Det nordiske samarbejde har været særligt tæt i år, hvor der ofte er blevet afholdt møder i forbindelse med internationale stævner. Disse møder har været en vigtig platform for at udveksle idéer og finde fælles løsninger på de udfordringer, vi står over for i styrkeløftsporten. En af de mest markante begivenheder var de Nordiske Mesterskaber, som blev afholdt i Horsens. Værterne fra Horsens Styrkeløft Klub fik mange velfortjente roser med på vejen for et særdeles velafviklet mesterskab. Ved NPF-mødet blev blandt andet Ruslands rolle i sporten debatteret, og vi kan med tilfredshed konstatere, at der er en høj grad af enighed blandt de nordiske lande om, hvordan vi bør forholde os til denne problematik.

## Fremadrettet fokus

Det kommende år vil DSF fortsætte med at arbejde for at styrke samarbejdet i Norden og på den internationale scene. Vi vil i Norden forsat sikre afholdelse af Nordiske mesterskaber af høj kvalitet så vores yngste løftere, under trykke rammer, kan deltage internationalt. Vi ser frem til at tage aktiv del i de kommende debatter og bidrage til at udvikle sporten i en retning, der afspejler vores værdier og ambitioner. Sammen med vores nordiske og internationale kolleger vil vi fortsætte med at arbejde for en sport, der er præget af demokrati, integritet, fællesskab og sportslig udvikling.

Med sportslige hilsner

Jørgen Rasmussen

## Eliteudvalgets beretning fra sportsåret 2024

2024 var endnu et år fyldt med succes for seniorlandsholdet til DSF. Vi har taget 29 medaljer og 11 guld ved EM og VM styrkeløft og bænkpres. Nicki Lentz blev Danmarks første mandlige europamester for senior og kvalificerede sig til World Games 2025, og flere landsholdsløftere har placeret sig top 3 på poeng ved EM styrkeløft og EM bænkpres.

Ved **EM klassisk styrkeløft** i Velika Gorica, Kroatien, var der 12 danskere i aktion. Sara Ellegaard Paaske vandt guld i bænkpres, Mads Pedersen og Martin Simonsen begge sølv i bænkpres, og Katja Jørgensen bronze i dødløft.

**EM styrkeløft med udstyr** i Hamm, Luxembourg, var en stor succes. Lisette Hansen sikrede sølvet i totalen efter sølv i squat, sølv i bænkpres og guld i dødløft. Kathrine Bak og Jane Aaberg vandt begge guld i dødløft, mens Karen Andersen vandt guld efter verdensrekord i squat. Kent Flåten sikrede bronze i squat, bænkpres og totalen. Nickolaj Olsen løftede sig til bronze i dødløft, før Nicki Lentz blev Danmarks første mandlige europamester og mesterskabets 3. bedste løfter overall på point, med guld i squat på vejen.

Ved **VM bænkpres** i Austin, Texas, USA, sikrede Maj Rames sølv med udstyr, mens Kathrine Forsberg løftede sig til bronze i den klassiske konkurrence.

**VM klassisk styrkeløft** blev afviklet i Druskininkai, Litauen. Martin Simonsen løftede i A-gruppen på Eurosport og kom nærmest medalje med 4. plads i både squat og bænkpres.

**EM bænkpres** blev arrangeret i Istanbul, Tyrkiet. I den klassiske delen vandt Kathrine Forsberg guld og sit første europamesterskab. Med udstyr blev Maria Jensen europamester og stævnets 3. bedste løfter overall, mens Amalie Stok løftede sig til bronze i sin debut. Mads Friche vandt guld og europamesterskabet og blev samtidig stævnets 2. bedste løfter overall.

Ved **VM styrkeløft med udstyr** i Reykjanesbær, Island, var Danmark repræsenteret med fire løftere, der alle sikrede minimum én medalje. Kathrine Bak vandt bronze i dødløft, Julie Hansen bronze i bænkpres og Karen Andersen bronze i squat. Nicki Lentz vandt sølv i totalen og sikrede plads til World Games 2025 i Kina, og vandt også guld i squat og sølv i bænkpres.

I nationskonkurrencen er vi i år blevet nr. 5 til EM styrkeløft med udstyr for både kvinder og herrer, og nr. 10 og 11 til EM klassisk styrkeløft. Her har vi klaret det strategiske mål om at placere os i top 6 ved et europamesterskab i styrkeløft i 2024. I 2025 er ambitionen top 5 ved EM og top 10 ved VM. De fleste medaljer vindes stadig med udstyr, mens fordelingen mellem kvinder (17) og herrer (12) var relativt jævn i 2024.

56% af styrkeløfterne og 60% af bænkpresseerne (totalt 57,14%) på landsholdet har forbedret sin total/bænkpres med minimum 1% i 2024. 80% af styrkeløfterne har faktisk forbedret sin total. Det strategiske mål er at minimum 60% af holdet forbedrer sig med minimum 1% årlig. Den lille afvigelse kan enkelt forklares af strategiske valg af forsøg for vigtigere mål/prioriteringer ved mesterskaber (placeringer, medaljer, etc.), samt enkelte skader.

2024 blev et udmærket sportsår for DSF, hvor vi har fortsat vores store medaljehøst fra de seneste tre år. Vi har opnået ambitiøse strategiske mål og er godt repræsenteret ved alle EM og VM styrkeløft og bænkpres. Vi ser optimistisk frem mod et 2025 med en stærkere landsholdstrupp en nogensinde.

På vegne af eliteudvalget

Sportschef Bjarte Vik Larsen

### **Beretning fra ungdomslandsholdet**

2024 var et begivenhedsrigt år på mange fronter. Sportsligt var året præget af flotte medaljer internationalt, hvor der er vundet både total- og disciplinmedaljer ved EM Styrkeløft, EM Klassisk Styrkeløft, VM Styrkeløft og VM Klassisk Styrkeløft. Dette toppede med en bedste juniorløfter på point ved VM Klassisk Styrkeløft. Hertil kommer mange flotte resultater fra det store hold af løftere, som deltog i NM på hjemmebane i Horsens. HSK havde skabt fantastiske rammer for vores unge løftere og der blev i den grad gået til stålet. Her blev det igen til mange flotte løft med dertil hørende medaljer i såvel totalen og gode placeringer i nationskonkurrencerne. I det hele taget har ungdommen i år for alvor vist sig frem og vi glæder os til at følge udviklingen og deres videre vej som gode ambassadører for sporten og nye løftere på seniorniveau.

2024 var også året, hvor vi så et skifte i trænerteamet omkring landsholdet og tøjlerne blev overgivet til nye ansvarlige. I den forbindelse skal lyde en kæmpe tak for den indsats Jonas, Kasper, Magnus og Andreas har lagt i at udvikle ungdomslandsholdet til det høje niveau, vi ser i dag. Både vi i forbundet og ikke mindst alle de løftere, som har draget nytte af jeres store faglighed og viden, har sat kæmpe pris på den sparring og det engagement, I har leveret gennem årene. Også en stor tak til Lasse og Adam, som har overtaget ansvaret for de unge løftere - nu også med et hold af hjælpetrænere, som kan fortsætte det store arbejde med at dygtiggøre de mange unge løftere yderligere. Vi ser frem til at følge den videre udvikling af løfterne i de kommende år.

Peter Andersen

### **Årsberetning Masterudvalget**

Som noget nyt har der med stor succes i år været afholdt 2 træningssamlinger for interesserede masters løftere. Formålet med samlingerne er vidensdeling og fællestræning. Ligeledes har der også været forskellige oplæg om blandt andet nye regler, brug af knækojer, kost og ernæring. Nicki Lentz var også forbi på en samling for at fortælle om hans rejse gennem styrkeløft. Begge samlinger i 2024 blev afviklet i Horsens men det er planen at de samlinger bør afvikles i både øst og vest Danmark.

#### **Internationale stævner.**

Året 2024 bød på 40 deltagere i de forskellige internationale masterstævner og med rigtig flotte resultater af vores masterløftere.

#### **12- 18 februar blev der afviklet EM klassisk styrkeløft i Malaga, Spanien**

Der deltog 9 løftere til dette stævne. I 74 kg klassen Master 4 stillede John Terragni til start og han løftede sig til et Europamesterskab med 450,5 kg i totalen. Han snuppede en Europarekord i squat med et løft på 158 kg. i bænkpres guld med et løft på 115kg. Det blev ligeledes til guld i dødløft med et løft på 180kg. John blev stævnets 2. bedste master 4 løfter på point.

I master 3 69 kg klassen var der international debut til Ulla Jensen. Hun løftede sig til guld i squat med 102,5kg. Sølv i bænkpres med 60kg og ikke mindst guld i dødløft med ny Europarekord på 153,5kg. Ulla blev også sikker Europamester i totalen med 316kg.



I master 3 84kg klassen var der ligeledes i debutant i aktion nemlig Isodora Nielsen. Hun fik godkendt 82,5 kg i squat. Det blev til en flot bronzemedalje i bænkpres med et løft på 47,5kg. I dødløft blev 115kg løftet. Totalen på 245kg gav en 4.plads.

I master 3 105 kg klassen var Svend Brattberg godt løftende. Det blev til en 5 plads i totalen med 505kg. Han satte undervejs dansk rekord i squat med et løft på 202,5kg. I bænkpres blev det til 112,5kg og i dødløft blev 190 kg trukket.

I master 2 120 kg klassen blev det til en 4.plads til Jens LT Vinther med en total på 662,5kg. Han løftede 240kg i squat, 155 kg i bænkpres og 267,5 kg i dødløft. I samme klasse blev det til en 5. plads til Stephan Vorup med en total på 660kg fordelt på 237,5kg i squat, 162,5 kg i bænkpres og 260 kg i dødløft.

I master 1 66 kg klassen var Lars Lund i aktion med han formåede ikke at få en total registeret. Han løftede sig dog til guld i squat med et løft på 195kg. Det blev også til guld i bænkpres med et løft på 132,5kg.

I master 1 93 kg klassen var det debut til Mikkel Pedersen der sluttede på en samlet 16.plads med 525kg i det skrappe felt. Mikkel løftede 175 kg i squat, 110kg i bænkpres og 240 kg i dødløft.

I master 105 kg klassen løftede Jonas Lundberg sig til en 11. plads med 622,5 kg total. Det blev til 205 kg i squat, 162,5kg i bænkpres samt 255 kg i dødløft.

#### **1-4 maj var der EM i styrkeløft som blev afviklet i Hamm, Luxembourg**

Der var 10 danskere i aktion ved dette stævne og især de unge kvinder satte Danmark i centrum på Europakortet idet de løftede sig til en 1. plads i nationskonkurrencen.

I 47 kg klassen master 1 var Mia Tovgaard i en klasse for sig. Hun tog guld i squat med 145kg, guld i bænkpres med 62,5kg og guld i dødløft med 140kg. Totalen på 347,5 kg sikrede Mia Europamesterskabet.

I 63 kg klassen master 1 løftede Nina Lieb sig til en sølvmedalje med 422,5 kg total. Det blev til bronze i squat med 160kg. Sølv i bænkpres med 95kg og bronze i dødløft med 167,5kg.

I 69 kg klassen master 1 var Lena Andersen godt kørende og hun løftede sig til en flot 3.plads med 445kg i totalen. Det blev til bronze i squat med 175 kg, bronze i bænkpres med 90 kg og sølv i dødløft med 180 kg.

I 76 kg klassen master 1 var Nora Jensen løftede sig til et Europamesterskab med en total på 445kg. Det blev til guld i squat med et løft på 192,5 kg. Bronze i bænkpres med 87,5 kg og sølv i dødløft på 180 kg.

I 69 kg klassen master 2 76 løftede Linda Veedfald sig til en samlet 4.plads med en total på 345kg. Det blev til 142,5 kg i squat, 62,5 kg i bænkpres og ikke mindst bronze i dødløft med 140kg.

I 120+ kg klassen master 1 var Jan Dam-Nielsen godt løftende og han sikrede sig en bronze i totalen med 742,5 kg. Det blev også til bronze i squat med 277,5 kg, bronze i bænkpres med 197,5 kg samt bronze i dødløft med 267,5kg.

I 83 kg klassen master 2 sikrede Kim Dahl Hansen sig et Europamesterskab til samlingen med en total på 717,5kg hvilket var ny dansk rekord. Det blev til guld i squat og dansk rekord med 272,5kg, bronze i bænkpres med 172,5kg og guld i dødløft med 272,5kg. Kim blev også stævnets 2. bedste master 2 løfter på point.

I 120 kg klassen master 2 løftede Jørgen Rasmussen sig til en bronzemedalje i totalen med 627,5kg. Det blev til bronze i squat med 242,5kg, i bænkpres blev 165 kg løftet og i dødløft 220 kg. I samme klasse løftede Stephan Vorup sig til sølv i totalen med 732,5 kg. Det blev sølv i squat med 280 kg, sølv i bænkpres med 205 kg og sølv i dødløft med 247,5kg.

De danske master 2 herre løftere sluttede på en 2. plads i nationskonkurrencen.

I 74 kg klasen master 4 var John Terragni godt løftende og han sikrede sig et Europamesterskab med en total på 487,5kg. Det blev til guld i squat med 187,5kg, guld i bænkpres med 120 kg og sølv i dødløft på 180 kg, John blev stævnets 3. bedste master 4 løfter på point.

## **22 maj -1. juni blev der afviklet VM bænkpres klassisk og udstyr i Austin Texas, USA**

Ved dette stævne var der 5 løftere i aktion.

I 69 kg klassen master 1 stillede Kathrine Bak op i klassisk bænkpres og hun sikrede sig en bronzemedalje med et løft på 85kg.

I 120 kg klassen master 2, i klassisk bænkpres, var Henrik Sørensen i ilden og han sikrede sig en 4. plads med et løft på 175kg

I 120+ kg klassen master 2, i klassisk bænkpres, løftede Morten Sørig sig til en 7.plads med 157,5kg

I 69 kg klassen master 1 sikrede Kathrine Bak sig titlen som verdensmester på lettere kropsvægt med et løft på 110kg.

I 120kg+ master 2 løftede Morten Sørig sig til en flot 4.plads med et løft på 225kg

## **5 -11 August bød på EM i bænkpres klassisk og udstyr i Istanbul, Tyrkiet**

Stævnet havde deltagelse af 2 løftere i udstyr

I 83 kg klassen master 4 sikrede Hans Thyssing sig et Europamesterskab med et godkendt løft på 90 kg.

I 120 kg klassen master 4 var der ligeledes et Europamesterskab til Allan Fuglsang med et godkendt løft på 120 kg. Allan blev også stævnets 3.bedste løfter på point. De 2. danske master 4 løftere blev også bedste nation.

## **5-13 oktober var der VM i styrkeløft og klassisk styrkeløft afholdt i Sun City, Sydafrika**

Stævnet havde deltagelse af 14 danske løftere.

I master 4 74kg klassen klassisk styrkeløft løftede John Terragni op til sit allerbedste og sikrede sig verdensmesterskabet med en total på 460kg. Det blev til 160kg og en europæisk master 4 rekord, og sølv i squat. Guld i bænkpres med 115kg og guld i dødløft med 185kg. John blev stævnet bedste master 4 løfter på point.

I master 3 76 kg klassen klassisk styrkeløft var Ulla Jensen i aktion og hun løftede sig til en sølvmedalje i totalen med 330 kg. Det blev til bronze i squat med et løft på 115kg. Bronze blev det også til i bænkpres med et løft på 62,5kg. I dødløft blev det til en sølvmedalje med et løft på 152,5kg. Ulla satte danske rekorder i både squat, bænkpres, dødløft og total.

I master 3 84 kg klassen i klassisk styrkeløft deltog Isodora Nielsen. Hun løftede 82,5 kg i squat, 50 kg i bænkpres og 120 kg i dødløft total 252,5 kg og en 4. plads. Hun satte undervejs dansk rekord i bænkpres, dødløft og total.

I master 2 52 kg klassen i klassisk styrkeløft sikrede Eva Buxbom sig verdensmesterskabet med ny dansk master 1+2 rekord på 310 kg. Hun vandt guld i squat med ny dansk master 1+2 rekord på 105kg, bronze i bænkpres med 60 kg og guld i dødløft med ny dansk master 1+2 rekord med et løft på 145kg.

I master 1 63 kg klassen i klassisk styrkeløft var der international debut til Camilla Kjærside. Det blev til en personlig rekord i squat med et løft på 115kg. I bænkpres blev 55 kg godkendt og i dødløft blev 130 kg trukket. Totalen på 300 kg udløste en 8. plads i klassen.

I master 1 105 klassen i klassisk styrkeløft var Jonas Lundberg godt løftende og han sluttede på en 6 plads i totalen med 655 kg. Det blev til 217,5 kg i squat, 162,5 kg i bænkpres og ikke mindst 275 kg i dødløft.

I master 4 74 kg klassen sikrede John Terragni sig verdensmesterskabet med en total på 492,5 kg. Det blev til guld i squat med 185kg, guld i bænkpres med 125 kg og guld i dødløft med 182,5kg og ikke mindst pokalen som bedste master 4 løfter på point.

I master 2 52 kg klassen var Eva Buxbom i aktion og hun sikrede sig sit 2. verdensmesterskab på under en uge. Hun lagde hårdt ud med at sikre sig en verdensrekord i squat og vandt guld med et løft på 163kg. Det blev også til guld i bænk med 72,5kg og guld i dødløft med 145 kg. Totalen blev 380,5 kg og dette var nok til pokalen som 3. bedste løfter på point i master 2.

I master 2 69 kg klassen blev det til en bronzemedalje i totalen til Linda Veedfald med 335 kg. Det blev ligeledes til bronze i squat med 125 kg, bronze i bænkpres med 67,5 kg og bronze i dødløft med 142,5kg.

I master 2 105 kg klassen var Sune Bak i en klasse for sig og sikrede sig verdensmesterskabet med en total på 822,5kg hvilket var en dansk master 2 rekord. Det blev til en sølvmedalje og dansk master 2 rekord i squat med 305 kg, guld i bænkpres med 222,5kg og guld og dansk master 2 rekord i dødløft med 295 kg. Sune Bak sikrede sig også pokalen som bedste master 2 løfter på point.

I 120 kg klassen var Jørgen Rasmussen også godt løftende og han sikrede sig en bronzemedalje i squat med et løft på 250 kg. Det blev ligeledes til en bronze i bænkpres på lettere kropsvægt med et løft på 170 kg. Det blev til 225 kg i dødløft og en 4. plads total med 645kg.

I 120+ kg klassen løftede Robert Jæger sig til en sølvmedalje i totalen med 625 kg. Det blev sølv i squat med 215 kg, bronze i bænkpres med 170 kg og ikke mindst guld i dødløft med 240kg.

De danske master 2 herre sluttede på en 2. plads i nationskonkurrencen.

I 69 kg klassen master 1 sikrede den forsvarende verdensmester Lena Andersen igen sig titlen som verdensmester med en total på 442,5 kg. Det blev til guld i squat med 170kg, guld i bænkpres med 95 kg og guld i dødløft med 177,5kg og ikke mindst pokalen som 3. bedste master 1 løfter på point.

I 84 kg klassen master 1 sikrede Nora Jensen sig ligeledes titlen som verdensmester med en total på 395 kg. Det blev guld i squat med 185 kg, guld i bænkpres med 85 kg og guld i dødløft med 125kg.

De danske master 1 kvinder sluttede på en 2. plads i nationskonkurrencen.

Det kan kun anbefales at læse de spændende og godt skrevet beretninger fra stævnerne. De findes på forbundets hjemmeside <https://styrke.dk/?page=gallerier>

Skulle man have lyst til international deltagelse, men mangler lidt for at klare kravet, er det dog muligt at deltage, hvis man selv betaler startgebyr og doping fee, såfremt der er plads på holdet.

På vegne af masterudvalget

Jørgen Rasmussen

### **Årsberetning fra Medieudvalget**

2024 har på mange måder været et år hvor medieudvalgets arbejde har fyldt mere end det tidligere har gjort i forbundet, hvilket også har ført til en udvidelse af medieudvalgets gruppe, der nu består af 6 medlemmer. Dette for at imødekomme den løbende større arbejdsmængde omkring promovning af forbundet, som efterhånden breder sig over et bredt spektrum af emner, men også for at kunne afdække de essentielle arbejdsopgaver der er for forbundet videre udvikling/vækst.

### **Sociale medier/hjemmeside**

Det forgangne år har været det hidtil bedste år set på mængden af interaktioner på det indhold der løbende er kommet ud på diverse SoMe-platforme, hvor især DSF's instagram har taget et stort ryk. Dette har bl.a. været båret af et solidt forarbejde, hvor medieudvalget gennem et årshjul forsøger at sikre løbende eksponering af diverse events og stævner, både nationalt og internationalt.

I forlængelse heraf er forbundet også i år kommet på TikTok og da mængden af indhold der løbende skal ud på diverse platforme ikke er blevet mindre, har udvalget arbejde med en strategi der i højere grad skal forsøge aktivere de lokale klubber i promovningen af egne stævner. Forhåbningen er at dette i fremtiden kan sikre større involveringen af forbundets klubber i udbredelsen af sporten og give bedre mulighed for

promovering gennem DSF.

I 2024 har medieudvalget i højere grad forsøgt at arbejde med "takeovers" på ting som f.eks. Instagram for at give et større indblik i hvad diverse løftere oplever i sammenhæng med sporten. Et tiltag der har haft rigtig god effekt og givet både lokale klubber og diverse landsholdsløftere mulighed for at skabe mere eksponering omkring unikke elementer ved sporten.

Forhåbning er at samarbejdet med afholdende klubber for både nationale og internationale stævner, samt diverse udøver (lokale som landshold) kan øges fremadrettet, for at øge promoveringen og eksponeringen endnu mere.

### **Tøjdesign**

Medieudvalget har i 2024 søsat et mere målrettet arbejde imod at genere mere økonomi til forbundet. Dette bl.a. gennem design af t-shirts til de større nationale og internationale stævner. Da dette har været et helt nyt tiltag i det forgangne år og en til tider mere tidskrævende proces end forventet, er dette et projekt udvalget håber at kunne sætte mere fart på i 2025 bl.a. via de nye kræfter i udvalget, der kan lette lidt af den arbejdsomængde som især menige medlemmer af udvalget løfter.

Samtidig har medieudvalget arbejdet på at finde et godt format for salget af de t-shirts der bliver designet, hvilket nu er på plads og forhåbningen er derfor at år 2025 bliver et år med mange nye spændende designs og flotte t-shirts til diverse stævner.

### **Nye retningslinjer**

Med større eksponering, mere medieovervågning og en sport hvor der er et stigende økonomisk incitament, kommer også et større ansvar og potentielt flere udfordringer. Derfor har medieudvalget i efteråret 2024 arbejdet på at udvikle nogle klare retningslinjer for hvordan løftere under DSF bør gebærde sig når de repræsenterer forbundet.

Disse retningslinjer har til formål at beskytte forbundets interesser og samtidig sikre forbundet kommercielle eksistens, så forbundet i fremtiden har et sikkert fundament for videre arbejde, hvor alle parter under DSF trækker i samme retning.

Med de nye retningslinjer vil DSF stå mere solidt overfor potentielle fremtidige udfordringer i en sport der udvikler sig både i antallet af udøver og tilskuere, og derved også økonomiske incitamenter.

### **DSF's app**

DSF's app har været under udvikling det meste af 2024 og vi har i medieudvalget løbende haft snakke om hvor i processen appen er, som har haft en lidt længere rejse end forventet. Det er dog tæt på at den er klar til at blive taget i brug og den bliver på nuværende tidspunktet prøvekørt.

Vi ser derfor i medieudvalget frem til at 2025 bliver året hvor appen kan komme i brug, hvilket forhåbentlig kan øge mulighederne for tilslutningen til sporten endnu mere.

### **Forventning til 2025**

2024 har som det kan ses beskrevet ovenfor været et år hvor der er sket rigtig meget for medieudvalget og arbejdet herfor. Det har dog også været en stor fornøjelse at opleve hvordan mængden af arbejde udvalget lægger for dagen bære frugt og er med til styrke forbundets profil og ikke mindst udbredelsen af sporten.

En stor del af det arbejde der er blevet lagt i 2024 vil på mange måder være forarbejdet for det der skal understøtte forbundets og især medieudvalgets videre arbejde i 2025. Med dette solide fundament er det forhåbningen, at eksponeringen af forbundet vil stige endnu mere i de kommende år og at dette i højere grad vil kunne understøtte forbundet rent økonomisk.

Med et øget antal interessenter både i og udenfor sporten, er det vigtigt med en solid online tilstedeværelse. Dette bl.a. igennem diverse sociale platforme, men en essentiel del er også muligheden for at opleve sporten "live". Derfor vil medieudvalget i 2025 kigge nærmere på hvordan vi kan løfte oplevelsen af at følge sporten via DSF's videostream, med en forhåbning om at skabe en endnu bedre digital oplevelse, der kan tiltrække flere seere.

2025 bliver derfor på mange måder et spændende år, som vi i medievalg glæder os til at træde ind i på et nyt og forbedret fundament, der forhåbentlig kan være med til at løfte sportens nationale eksponering til nye højder.

Med venlig hilsen  
Emil Isager Fuglsang

### **Bredde- og uddannelsesudvalg:**

Både på bredde- og uddannelsessiden har der været høj aktivitet rundt om i landet.

Igen i år har der været afviklet adskillige klubudviklingsprojekter i klubber rundt om i landet. Fokus har især ligget på at styrke organisationen, således hverdagen bliver lettere og eventuelle overdragelser af funktioner også kan ske mere gnidningsfrit. Der er også afviklet en række fællestræninger i nye klubber, hvor der har været besøg af en træner 3-4 gange for at sikre viden om de enkelte løft samt supplerende øvelser. Dette er sket med udgangspunkt i de tidligere tildelte periodiseringsmidler, som er givet til at understøtte nye klubbers opstart. Målet med træninger og klubudvikling er at styrke både det faglige niveau og setuppet i klubberne.

På breddesiden har der desuden været afviklet lokale træf. Ferielejren måtte desværre aflyses grundet få tilmeldte, men der er til gengæld afholdt 2 masterssamlinger, ligesom vi igen i 2024 var med på DIF's Soldaterprojekts julecamp.

På uddannelsessiden har der ligeledes været rigtig høj aktivitet. Dette har betydet afvikling af både dommer- og træneruddannelser samt en uddannelse i brugen af stævnestyringsprogrammet. Det har været godt at se en fortsat stor interesse for vores aktiviteter og vi ser frem til at se alle de nyuddannedes færdigheder i brug ude i klubberne og til stævner.

Slutteligt en tak for hjælpen til alle klubber og frivillige, som er med til at stille faciliteter og hænder til rådighed i forbindelse med aktiviteterne hen over året. Det er takket være jer, at vi er i stand til at holde et højt niveau på aktivitets- og uddannelsessiden. Og den gode nyhed er, vi gør det igen i 2025!

På vegne af breddeudvalget

Peter Andersen

### **Beretning fra Ungdomsudvalget**

Ungdomsudvalget har i det forgangne år primært været båret af udviklingskonsulent Peter Andersen, hvor der er lavet dels klubudviklingsforløb med fokus på at skabe nogle gode klubmiljøer for de unge. Her er der blandt andet fokus på at sikre de unge en stemme ind i foreningens aktiviteter, men også på at skabe overordnede rammer og plads til at de unge faktisk kan og vil byde ind.

Udover dette har vi igen i år afviklet skolekonkurrencen "Danmarks Stærkeste Klasse". Det blev til et hattrick for Østre Skole i Thisted, men mere vigtigt var det, at enkelte nye skoler bød ind og gamle fortsatte. Derfor arbejdes der nu også på at få et kommunalt samarbejde med Thisted kommune og andre kommuner, som måtte være interesseret i at deltage. Tilbagemeldingerne er stadig, at aktiviteterne er gode og giver plads til, at mindre idrætsaktive får mulighed for nogle succesoplevelser i idrætstimerne, de normalt ikke har. Vi har dog fortsat brug for, at I som klubber benytter jer af kontakter til skoler for at udbrede aktiviteten yderligere.

Slutningen af året bød også på en lille udvidelse med nogle unge dygtige og forventeligt engagerede unge, som sammen med Didde og Emil fra bestyrelsen, i det kommende år blandt andet vil sætte fokus på at få afviklet relevante og for målgruppen interessante aktiviteter. I den forbindelse skal der herfra lyde en opfordring til i særdeles de unge løftere om at komme med ideer og ønsker til, hvilke aktiviteter, I kunne forestille jer som værende interessante for netop jer.

På vegne af ungdomsudvalget

Peter Andersen

### **Årsberetning fra dommerudvalget**

54 forskellige dommere har været ude og dømme ved nationale og internationale stævner. Det er disse dommere, der er grundlaget for, at vi kan dække det store behov for dommere, der følger med når vores forbund vokser. Det gælder både i antal af løftere, der gerne vil konkurrere og flere stævner, der skal afvikles. Det er tegn på sund vækst for dansk styrkeløft, og vi i udvalget er taknemmelige for de flittige dommere, der bruger der fritid på at dømme ved stævner i hele Danmark. Vi har i 2024 søgt en balance mellem

efterspørgsel af dommere i forhold til afholdte stævner, hvilket har betydet, at vi i 2024 ikke afholdt mere end 2 dommeruddannelser: en i Aarhus og en i Roskilde.

Da regler for dommerudvalget lyder som følger:

*” Krav til dommerne: Regel pr. 1. januar 2015: Hvis man ikke har dømt ved mindst 3 officielle stævner nationalt i en 2-årsperiode, slettes man som dommer.”*

er vigtigt, at alle dommere, der har taget dommeruddannelsen, kommer ud og dømmes, får gode oplevelser samt rutine. Vi følger løbende udviklingen både hvad angår antallet af konkurrenceløftere samt dommerstaben i Danmark.

*” Enhver nation, som har været medlem af IPF i mere end tre år, bør medtage mindst én international dommer blandt holdets officials ved verdensmesterskaber. Hvis der ikke er nogen dommer med fra en sådan nation, eller hvis der er en dommer til stede, men denne ikke stiller sig til rådighed som dommer eller i juryen under mesterskaberne, vil kun resultaterne for de 4 bedste løftere tælle med i holdkonkurrencen.”*

Vi forholder os til overstående regel i dommerudvalget og har ved de store internationale stævner i 2024 været godt repræsenteret med danske dommere. Da vi i udvalget er ansvarlige for de økonomiske rammer, som er givet via DSF's budget, har vi kun sendt de dommere ud internationalt, som er påkrævet ifølge IPF's regler samt søgt at udarbejde en national dommerpåsætning, der kræver mindst mulig transporttid.

Vi har haft stor glæde af den mere avanceret dommerdatabase, som vores dygtige webmaster har udviklet. Den er blevet flittigt brugt i 2024. Det har betydet, at det er langt hurtigere at få overblik over dommerstaben, når der skal udarbejdes dommerpåsætning ved stævneplanerne. Derudover giver det også et godt overblik, så vi efter bedste evne tilmelder de dommere, hvor det giver geografisk bedst mening.

Derudover har klubberne, når de tilmelder klubbens løftere til stævner, også mulighed for at tilmelde deres klubdommere eller dommere de har fået lov til at låne.

Det har givet dommerudvalget et godt overblik og lettet arbejdet med at tilmelde dommere til stævner og registrere dommeraktiviteter, at vi nu har en avanceret dommerdatabase.

Derudover har udvalget et rigtigt godt samarbejde med stævneudvalget i forhold til at udarbejde stævneplaner med dommerpåsætning.

Igen i år har vi afholdt et online seminar for dommere samt udsendt en spørgeskemaundersøgelse. Hermed har dommerne haft mulighed for at få sat fokus på emner eller områder, som de har behov for at få større viden om. Vi i dommerudvalget har ligeledes fået indblik i, hvad der er vigtigt for dommerne.

Vi har til alle stævner haft jury, så det har været muligt at sætte rekorder. Som noget nyt har vi også haft jury på til DM-hold finalen.

Vi har i udvalget for 2024 afholdt 5 onlinemøder, hvor vi har debatterede vigtige emner som økonomi, dommerpåsætning ved stævner, påklædning, samarbejdet ved stævner, planlægning af dommeruddannelser, dommerbriefing, fortolkning af regler, størrelsen af dommerstaben, opdatering af regler og forslag til bestyrelsesmøder.

En stor tak til udvalget medlemmer Eva Buxbom, Trine Bagger, Niels Christian Dall og Didde Hauch for et utroligt godt samarbejde og altid være der for hinanden, når der opstår situationer, der kræver hurtig handling eller beslutning.

Formand for dommerudvalget Finn Nielsen

**Årsberetning fra stævneudvalget:**

Igen i år har vi haft næsten 600 aktive løftere ude til stævnerne. Det kan vi godt være stolte af.

Vi takker alle de klubber, der har afholdt stævner og dermed gjort det muligt, at vi i 2024 har kunnet imødekomme vores medlemmers stigende interesse for at løfte til stævner. Uden klubber, der tager ansvaret og opgaven på sig, er det ikke muligt for stævneudvalget at løse opgaven med at få afsat de mange stævner, der figurerer på terminslisten. Mindre klubber har også budt ind på stævner i år, ligesom flere klubber er gået sammen om afholdelse af et stævne. Dette sætter vi pris på. Vi håber, at denne udvikling forsætter i 2025, hvor stævneudvalget vil stå til rådighed med vejledning og støtte.

Igen i år var Danmark vært for et internationalt stævne. NM for junior og subjunior i alle kategorier blev afholdt i Horsens. Da Island som egentlig var vært, måtte kapitulere, da de også skulle afholde VM open samme år. Dette betød mindre forberedelsestid, hvilket dog ikke stod i vejen for et meget rost og vellykket stævne.

Færøerne var også repræsenteret ved NM og er et forbund i udvikling med stor støtte fra Klaus Brostrøm. Der arbejdes på, at de bliver optaget i IPF og Det Færøske Forbund er godt på vej.

Ved DM- ugen, som er et nyere tiltag fra DIF, var vi igen et forbund, der deltog. Denne gang i Herning i Hennings Biblioteks kælder. Det var lidt af en udfordring i forhold til det foregående år, hvor DM-ugen blev afholdt i Aalborg ved havnefronten. Men med kæmpe indsats fra flere klubber, en dedikeret udviklingskonsulent og stor støtte fra Herning bibliotek, blev det en bragende succes. Herning Bibliotek, som ligger i hjertet af Herning på gågaden, viste sig at være en rigtig god placering. Med et besøgstal på over 7000 og stor ros fra formanden for DIF, der flere gange kom forbi vores stævne, kunne vi ikke være mere tilfredse med vores deltagelse ved DM- ugen. Derudover fik vi også god eksponering på tv med gode kommentatorer, der sikrede en blanding af faglig viden og en underholdende let og humoristisk tone. Kontrasten med et bibliotek og styrkeløft blev udnyttet på bedst mulig vis.

En stor tak til vores samarbejdspartner Pokalbutikken, som i samarbejde med den ansvarlige for pokaler og medaljer, har sikret en god levering til de mange mestre, der i år er blevet kåret. Vi har i år sat fokus på, at overskydende medaljer og pokaler bliver overleveret til stævneudvalget. Derved kan vi genbruge og nedbringe udgifter til denne post.

DM-hold er en konkurrenceform, hvor klubber har mulighed for at tilmelde ubegrænset antal hold til tre indledende runder. Herefter vil de fire bedste hold dyste om at blive Danmarks bedste hold i en finale. Denne konkurrenceform er ideel for nye licensløftere samt garvede, der ikke er klar på en hel trekamp. Vi har i stævneudvalget sammen med medieudvalget og udviklingskonsulenten arbejdet på at gøre mere opmærksom på denne konkurrence. Et nyt tiltag i år har været at kåre det bedste squat, bænkpres og dødløft samt muligheden for at sætte rekorder ved DM – hold. Vi har kunne fastholde deltagelse af 81 hold ved de indledende runder samt 12 hold ved finale. Vi vil i 2025 arbejde videre på at gøre opmærksom på DM – hold. Vi takker de klubber, der har afholdt DM-hold og alle de klubber, der har sendt hold til DM- hold konkurrencerne. Vi glæder os til at se endnu flere i fremtiden.

Vi har også arbejdet på at gøre styrkeløft i udstyr samt muligheden for at træne og konkurrere i denne stilart mere kendt. Med et godt samarbejde med medieudvalget og udviklingskonsulenten har vi nedsat en samarbejdsgruppe med klubber der har kendskab samt kapacitet til at træne styrkeløftere i denne disciplin. Vi har nu en facebookgruppe: Udstyrsløftere i Danmark med 52 medlemmer. Vi ser frem til en god udvikling samt aktiviteter, der bliver udviklet fra samarbejdsgruppen i 2025.

Vi har skærpet flere af udvalgets medlemmers kompetencer vedrørende stævnestyingsprogrammet ved undervisning. Dette har styrket udvalget, der nu i højere grad kan hjælpe arrangerende klubber med opsætning af stævnestyingsprogrammet. Undervisning i stævnestyingsprogrammet har ikke kun været tilbudt udvalgets medlemmer, men også interesserede fra klubber i Danmark. Denne mulighed foreligger også i 2025, hvis klubber skulle have et behov.



I 2024 afholdt udvalget 6 onlinemøder, hvor vi som et fast punkt har økonomi på dagsordenen. Derved har vi et løbende overblik over, hvorvidt vi i løbet af året overholder budgettet.

En stor tak til udvalgets medlemmer for en stor arbejdsindsats i 2024. Jeg ser frem til en stigende udvikling i 2025, hvor vi i udvalget er klar til at imødekommende licensløftere i Danmarks interesse for at konkurrere.

Formand for stævneudvalget

Finn Nielsen

#### **4. Kassererens beretning for 2024**

##### **Ledelsesberetning:**

##### **Forbundets væsentlige aktiviteter**

Hovedaktiviteten i forbundet består i at fremme kendskab til styrkeløft, at afholde styrkeløftsstævner, fremme bredden og styrke eliten samt stå for administrationen af denne sport.

##### **Usikkerhed ved indregning eller måling**

Der har ikke i forbindelse med udarbejdelse af årsrapporten været væsentlig usikkerhed eller usædvanlige forhold, der har påvirket indregningen eller målingen.

##### **Udvikling i aktiviteter og økonomiske forhold**

Forbundets resultat og økonomiske udvikling anses for tilfredsstillende under de givne omstændigheder. Der har været budgetteret med et resultat på kr. – 229.600, der er realiseret et underskud på kr. – 226.285,37.

Der er således på bundlinjen god overensstemmelse mellem det budgetterede underskud og det realiserede underskud. Der har i enkelte udvalg været overskridelser på de enkelte poster, hvilket vil blive gennemgået i det følgende. Til gengæld har mådehold og gode løsninger samlet set gjort, at man er i stand til at overholde budgettet - Til trods for der har været holdt et højt aktivitetsniveau både nationalt med tilgang af nye klubber, uddannelsesaktiviteter og klubudviklingsforløb og internationalt set med deltagelse ved både EM, VM og NM på ungdoms-, senior- og masterniveau. Dette til trods for, at der på de internationale stævner fortsat ses høje priser på såvel fly som hotelovernatninger.

De overskydende midler, forbundet har anbragt langsigtet i værdipapirer, har igen i år resulteret i en gevinst – ganske vist ikke realiseret, men driften er i 2024 begunstiget af en positiv kursregulering på kr. 41.392,-. Hertil tilføjes forbundets øvrige indtægter.

Der var i alt budgetteret med **indtægter** i 2024 på kr. 2.333.000, og de realiserede indtægter blev på kr. 2.360.066,41 – en merindtægt på ca. kr. 27.000,-. Denne forklares ved primært med et større grundtilskud og lidt flere aktive klubber, som dermed har betalt årsafgift. Endelig er der desuden brugt yderligere ca. 18.000,- af de bevilgede periodiseringsmidler til aktiviteter i nye klubber (øvrige DIF-tilskud), som indgår som en indtægt. Ud af de 400.000,-, som blev bevilget, er der således nu brugt ca. 187.000. Til gengæld er der grundet færre udsendte landsholdsløftere til stævner ikke modtaget en helt så høj egenbetaling fra seniorløftere

**Omkostninger** var i alt for 2024 budgetteret med kr. 2.562.000,- med realiserede omkostninger i alt på kr. 2.586.351,78 - et merforbrug på omkostningssiden på kr. 23.751,78. Omkostningerne fordeler sig på flere poster med følgende forklaring til de enkelte områder:

**Administration** – her er der et merforbrug på ca. kr. 38.500. Afvigelsen dækker hovedsageligt over et merforbrug på revision, bogføring og Idrættens Competence Center (IKC/KUF) samt idrættens forsikringer. Til gengæld har udgifterne til øvrigt kontorhold og administration kunne holdes under eller tæt på budget.

**Bestyrelsen** – Forbruget er her ca. kr. 13.500,- mindre end budgetteret. Dette til trods for at der har været et ekstra forbrug på internationalt arbejde grundet overdragelse af opgaver og et ekstraordinært møde. Til gengæld har der været en mindre udgift end forventet til rejseudgifter i forbindelse med møder og andet.

Generelt har planlagte møder og aktiviteter været afholdt og deltaget i. Bestyrelsesmøderne har været afholdt hos et medlem af bestyrelsen eller i en klub og dette har betydet lave omkostninger i forbindelse med disse.

**Breddeudvalget** har et mindreforbrug på ca. kr. 13.000 – Det mindre forbrug skyldes årets ferielejr blev aflyst samt at der afviklet færre skoleforløb end forventet i årets løb. Aktiviteter/ projekter vedr. periodiseringsmidler har udløst en afvigelse som merforbrug på ca. 18.300,-. Dette skyldes, at midlerne er øremærket arbejdet med nye klubber og modsvares af en tilsvarende indtægt fra periodiseringsmidlerne.

**Dommerudvalget** har et merforbrug på ca. kr. 15.000,-. Dette skyldes primært øgede udgifter til internationale stævner. Dette skyldes primært en stigning i udgifter til fly og hotelovernatningerne ifm. de internationale stævner. Derudover kom der en uventet udgift til indkøb af dommerslips og dommerbøger, da der ikke længere var flere på lager, hvilket forklarer overskridelsen af diverse-kontoen.

**Medie/ Pr-udvalget** har et merforbrug på knap kr. 5.700. Dette skyldes primært ekstra udgifter til udvikling af vores stævnestyingsprogram med tilhørende dommertilmeldingssystem og rekorder i division samt streaming fra danske mesterskaber. Til gengæld har vi ikke haft de forventede udgifter til onlineaktiviteter i år, hvorfor der kun ses en mindre overskridelse af budgettet for udvalget.

**Masterudvalget** har et merforbrug på ca. kr. 5.700,-. Dette skyldes primært, at der har været et højere end ventet aktivitetsniveau både nationalt og internationalt. Derudover har de stigende priser til fly og overnatninger ligeledes betydet en ekstra udgift på rejse-/ transport-posten.

**Antidopingudvalget** Der er ikke budgetteret med økonomi til dette udvalg, idet al dialog foregår i forbindelse med andre planlagte aktiviteter i DIF-huset og telefonisk.

**Stævneudvalget i alt incl. division** har et merforbrug på ca. kr. 24.400,-. Merforbruget skyldes, at forbundet i 2024 har stået for afviklingen af DM Open i Herning samt som nået nyt indkøbt t-shirts til videresalg. Omkostningerne har været afholdt af forbundet, men modsvares i stort omfang af indtægter under startgebyr og posten Tøj/ Merchandisesalg i indtægter.

**Uddannelsesudvalget** har haft et merforbrug i forhold til det budgetterede på ca. kr. 14.200. Dette skyldes øgede omkostninger i forbindelse med vores træneruddannelse, som der igen har været høj tilslutning til.

**Eliteudvalget i alt inkl. stævner** – her er der et mindreforbrug på ca. kr. 11.500,-. Det mindre forbrug skyldes primært, at der ikke har været brugt ekstra midler på landsholdsudvikling i år og at udgiften til sportschef var lidt mindre end budgetteret.

Trods et højt aktivitetsniveau på tværs af landshold betød lidt færre seniorløftere ude internationalt ligeledes, at budgettet for internationale stævner kun havde en beskedne overskridelse for Seniorlandsholdets vedkommende, mens budgettet kunne holdes for ungdommen.

## **Aktiviteter 2024**

2024 har været endnu et år med høj aktivitet både nationalt og internationalt. Dette har også i perioder betydet udfordringer ift. at holde budgettet, men der har været stort fokus på at overholde dette med økonomi som et fast punkt på dagsordenen i bestyrelsen og udvalgene. Inflationen og stigende priser er dog en udfordring i den daglige drift. Derudover har der været flere omkostninger end ventet til yderligere udvikling af vores stævneprogram med tilknytning af dommertilmeldingssystem og rekordsætning ved DM Hold, hvilket dog forventes at være afsluttet nu.

På positiv-siden har det vist sig fornuftigt at bibeholde forbundets langsigtede pengeanbringelser, hvor der har været en positiv kursregulering på ca. 41.400,-. I den forbindelse nævnes det, at der løbende følges op på investeringerne om, hvorvidt investeringen fortsat er den rigtige eller vi ville være bedre stillet på anden vis.

I 2024 har vi arbejdet målrettet videre med strategisporene. På elitesiden har fokuset ligget på kontinuerligt at øge niveauet og styrke fællesskabet. Dette er underbygget af arbejdet med at sikre mere viden ude i klubberne gennem afvikling af vores interne styrkeløft-uddannelse, som Sportschef Bjarte Vik Larsen har forestået.

På breddesiden har der været fokus på at skabe nye klubber, flere medlemmer og flere aktive licenser. Dette er, som nævnt ovenfor, blandt andet sket gennem et højt aktivitetsniveau på uddannelsessiden samt ved at afholde klubudviklingsprojekter i både nye og gamle klubber.

På ungdomssiden har vi igen i år afviklet vores skolekonkurrence, ligesom der er afholdt adskillige skoleforløb lokalt i klubberne. Målet er her at skabe øget interesse blandt de unge og derigennem øge rekrutteringen.

Endelig har vi også bibeholdt et stort fokus på at promovere sporten og vores aktiviteter via onlinemedier. Dette er sket via sociale medier, hvor breddeaktiviteter, fællestræninger og samarbejder med blandt andet DIF's Soldaterprojekt er med til at bringe sporten at åbne sporten op for et bredere publikum. Hertil kommer at alle DM'er er blevet streamet, hvilket også gør sporten mere tilgængelig.

Det er vores vurdering, at midlerne i forbundet i 2024 har været brugt særdeles fornuftigt og i henhold til indholdet i vores strategiaftale. Periodiseringsmidler, som forbundet har fået tildelt i 2020 og 2021 og som er overført til indeværende strategiperiode, er endnu ikke fuldt udnyttet. Der vil dog igen i 2025 være en øget aktivitet med klubudviklingsforløb, uddannelsesaktiviteter og oprettelse af nye klubber, hvor de resterende midler inden for den ramme, de er tildelt, vil blive anvendt.

### **Begivenheder efter regnskabsårets udløb**

Der er ikke efter regnskabsårets udløb indtruffet begivenheder, der har betydning for forbundet og for forbundets økonomiske status.

### **Fremtidig udvikling**

I 2025 er der en forventning om at kunne holde tæt på samme niveau aktivitetsmæssigt. Dog har vores sportschef ønsket at gå ned på 30 timer, hvilket betyder mindre justeringer i opgavefordelingen på uddannelsessiden. Der er dog en klar forventning om at kunne fortsætte den gode udvikling af sporten for både bredden og eliten, hvilket også afspejles i budgettet og de afsatte midler. Udover de afsatte midler er det ligeledes forventningen at bruge yderligere af de anviste periodiseringsmidler til at sikre en stærk udvikling i nye klubber og fortsat vækst.

I det kommende år vil der fortsat være et stort fokus på at implementere strategisporene. Hovedparten af forbundets økonomi er øremærket disse og der vil blive arbejdet hårdt på at sikre en god afvikling af de eksisterende spor parallelt med, at der klargøres til en ny strategiperiode. Derudover kommer vi også til at se en lancering af vores app, der kommer til at henvende sig til alle, som dyrker Styrkeløft, Vægtløftning og Funktionel Fitness. Målet er her at få sporten bredere ud samt skabe et digitalt fællesskab for folk med interesse for funktionel træning. Lanceringen af denne vil dels ske med afsæt i en tidligere fælles ansøgning med andre forbund i DIF omkring onlinekampagner og dels gennem vores egne kanaler.

For driftsbudgettet 2025 er der budgetteret ud fra en balance i indtægter og udgifter. Dette er primært muligt som følge af en forventet stigning i indtægterne gennem en stigning i licensafgiften og stævnegebyr, en øget egenbetaling ved internationale stævner og forventede midler fra DIF's diversitetspulje. Derudover er der et fald i udgifterne til sportschefen, da der som tidligere nævnt har været et ønske om at gå ned på 30

timer. På denne måde er det vores forventning, at vi kan opretholde vores hidtidige høje aktivitetsniveau med et budget i balance.

## 5. Forelæggelse af budget til godkendelse.

Se budgettet under bilag.

Årsafgift: kr. 1.000,- (Uændret) - Licens: kr. 300,- (uændret). – **Startgebyrer trekamp: kr. 350 Startgebyr bænkpres 300** (Jævnfør forslag) - Kontorhold og telefonpenge til bestyrelsesmedlemmer: kr. 2.000, -. Kørselsgodtgørelse: (Uændret).

## 6. Indkomne forslag

### Forslag 1. fra bestyrelsen

#### Ændring af vedtægternes §10

Som vedtægterne er for nuværende, er der ikke inkluderet masterudvalg, medieudvalg og ungdomsudvalg i §10. Da disse udvalg er lige så vigtige som de eksisterende udvalg bør disse inkluderes i 10§ (kræver 2/3 flertal) Herunder ny samlet **§10**

#### § 10. Udvalg

Eliteudvalg - stævneudvalg - dommerudvalg – breddeudvalg - **masterudvalg – medieudvalg -ungdomsudvalg** - uddannelsesudvalg - antidopingudvalg. Der skal være mindst ét bestyrelsesmedlem i hvert udvalg, ligesom bestyrelsen vælger formændene for udvalgene. Bestyrelsen tager stilling til godkendelse af udvalgsmedlemmer efter indstilling fra udvalgene. Bestyrelsen kan nedsætte ad-hoc udvalg efter behov. Bestyrelsen udfærdiger i samarbejde med udvalgene disses arbejdsområder, kompetence og budget.

### Forslag 2. fra bestyrelsen

#### Ændring af vedtægternes §15 stk. 3

Der kan opstå en situation hvor et medlem af en forening har behov for at anke en afgørelse truffet af DSF' bestyrelse og hvis vedkommendes klub, eller en anden klub, ikke ønsker at anke på mellemmet vegne. Bestyrelsen forslår derfor at indføre denne mulighed mod et klagegebyr. (kræver 2/3 deles flertal)

#### § 15. Ordens- og amatørudvalg

##### Stk. 3. Forretningsgang

Alle sager, der ønskes forelagt udvalget, må gå gennem forening eller forbund. **Et medlem af en forening kan uden om en forening indstille en sag til behandling i forbundet mod at betale sagens omkostninger, dog minimum et gebyr på 5000kr.** Sagen fremsendes til D.S.F.'s bestyrelse inden 4 uger efter, at forholdet er begået eller parten er blevet bekendt med den afgørelse, der klages over. Bestyrelsen vil i første omgang forsøge mægling parterne imellem. Lykkes det ikke at bilægge sagen, kan medlemmet anmode om at få sagen behandlet i Ordens- og amatørudvalget. Indbetaling af gebyr betragtes som bekræftelse på, at sagen skal indstilles til Ordens- og amatørudvalget og sagens akter fremsendes herefter til Ordens- og amatørudvalgets formand til videre behandling.

### Forslag 3. fra bestyrelsen

#### Ændring af startgebyr til DSF-stævner (placeres under Stævne regler A2-startgebyr)

##### Baggrund:

Det nuværende startgebyr til DSF-stævner har været fastsat til 300 kr. i mere end 10 år uden justering,

selvom omkostningerne til stævneafviklingen er steget markant. De 300 kr. går ubeskåret til arrangøren, selv om DSF har alle udgifterne i forbindelse med stævneafviklingen. For at sikre økonomisk balance og opretholde kvaliteten i DSF's aktiviteter foreslås en moderat forhøjelse af startgebyret til 350 kr. Bænkpres forbliver uændret på 300kr.

#### **Fordeling af gebyret:**

- De første 250 for bænkpres og 300 kr. for trekamp. dækker som hidtil arrangørernes omkostninger til afvikling af stævnet.
- 50 kr. pr deltager overføres til DSF af arrangøren inden stævnestart for at dække udgifter til:

Medaljer og pokaler, dommerhonorarer samt transport, drift og vedligeholdelse af DSF's hjemmeside, Udgifter til stævnestyringsprogram, indvejningsvægte, tablet/telefoner til dommerlys samt streaming.

#### **Begrundelse:**

DSF har i dag betydelige udgifter i forbindelse med stævneafviklinger og DSF har haft underskud i en årrække på grund af generel stigende omkostninger.

De 50 kr. sikrer, at DSF fremover kan opretholde sine økonomiske forpligtelser og den øgede aktivitet uden at belaste forbundets øvrige budget.

#### **Implementering:**

Forslaget træder i kraft pr. **1. juni 2025** og gælder for alle officielle stævner på nationalt og regionalt niveau:

- DM (Danmarks mesterskaber).
- JM/SM (Jyske og Sjællandske mesterskaber).

Forslaget skal bidrage til rettidig omhu og sikre en stabil fremtid for DSF's stævneaktiviteter.

### **Forslag 4. fra bestyrelsen**

#### **Flytning af DM Klassisk Bænkpres (placeres under stævneregler punkt 1. generelle regler)**

##### **Motivation**

DM Klassisk Bænkpres ligger i øjeblikket to uger efter afholdelsen af de regionale mesterskaber, hhv. Jysk og Sjællandsk Mesterskab i Klassisk Bænkpres. Flere løftere har ytret ønske om at ændre denne placering, da den korte tidsperiode mellem stævnerne begrænser deres mulighed for at kvalificere sig til landsholdet. I dag har løfterne kun to muligheder om året til at lave kvalifikationskrav: ved DM Klassisk Bænkpres eller ved JM/SM Klassisk Bænkpres, som begge afholdes med kun 14 dages mellemrum.

For at forbedre løfternes forberedelsesmuligheder foreslår vi at lægge DM Klassisk Bænkpres sammen med DM i Styrkeløft. Denne ændring vil give løfterne en længere periode mellem stævnerne, hvilket gør det lettere at restituere, forbedre sig teknisk og fysisk samt tage højde for uforudsete hændelser såsom sygdom, der ellers kunne forhindre dem i at stille op i den nuværende korte 14-dages kvalifikationsperiode. Det vil ligeledes gøre DM i Styrkeløft mere attraktivt at afholde.

Placeringen i foråret vil desuden være optimal i forhold til VM Klassisk Bænkpres, da løfterne stadig vil have mulighed for at kvalificere sig til VM, selv hvis de ikke opnår de nødvendige resultater ved JM eller SM om efteråret. Dette vil give en mere fleksibel og realistisk tidsplan for løfterne og sikre, at flere får mulighed for at præstere deres bedste ved vigtige mesterskaber.

### **Forslag 5 fra bestyrelsen**

#### **DM-hold finalen afvikles i DM ugen (placeres under stævneregler punkt 1. generelle regler)**

### **Motivation:**

Afviklingen af finalen for DM-hold i DM-Ugen kan give en øget eksponering for både styrkeløft og klassisk styrkeløft og samtidig sikre at de klassiske landsholdløftere har mulighed for at deltage ved DM i klassisk styrkeløft.

- DM klassisk styrkeløft bliver flyttet til weekenden for DM Hold Finalen (1. weekend i december)
- I 2026 vil der kun være 2 runder (i stedet for 3) hvor første runde vil ligge samme dag som 1. runde ellers normalt vil ligge, og 2. runde i marts
- Finalen vil ligge i DM-ugen i juni- hvorefter man kan starte på en ny runde i oktober, som så vil være 1. runde for 2027.
- Derefter vil det hedde:
  - o 1. runde oktober (året før)
  - o 2. runde jan
  - o 3. runde marts
  - o Finale juni

### **Forslag 6 fra bestyrelsen**

#### **Aldersopdeling af JM/SM i styrkeløft, bænkpres, klassisk styrkeløft og klassisk bænkpres (placeres under stævne regler punkt 1. generelle regler)**

Fra 2026 at opdele regionmesterskaberne således at sidste weekend i august vil være JM/SM Open og den efterfølgende weekend vil være JM sub-junior, junior og masters, så har man derfor også mulighed for at stille ved begge JM'er/SM'er, hvis en løfter ønsker dette.

### **Motivation:**

I øjeblikket er det kun DM'erne der er inddelt i alderskategorier.

Derfor ville det være fordelagtigt for især junior og subjunior, hvis man inddeler JM/SM i alderskategorier, da dette forhåbentligt vil gøre stævnet mere attraktivt, og man på sigt ville kunne få flere licensløftere fra den helt unge kategori.

### **Forslag 7 fra Aarhus Athlet Klub**

Mit forslag er som følger:

Startgebyret for stævner i trekamp hæves til 350 kr., mens startgebyret for stævner i bænkpres sænkes til 250 kr.

### **Motivation:**

Det er evident, at bænkpresstævner er nemmere at afsætte på terminslisten. Det skyldes i min optik til dels, at det er et overskueligt stævne, qua den kortere tid til selve stævneafviklingen. Et eksempel er DM klassisk bænkpres 2024, der blev afholdt over en enkelt dag med 88 løftere. Dette kan ikke lade sig gøre i trekamp. Ændringen skal gøre det mere attraktivt at afholde trekampsstævner, således at ikke kun bænkpresstævnerne afsættes hurtigt.

Dbh. Adam Karsø, AAK

### **Forslag til repræsentantskabsmøde v. Ares – Rødovre Styrkeløftklub**

#### **Forslag 8. Ændring af "dommerreglen"**

**Ændringsforslag:** En klub som har været medlem af DSF i mere end 3 år, og som tilmelder flere end 5 deltagere ved DM, JM eller SM skal sende mindst en dommer. Hvis der tilmeldes mere end 10 løftere af én klub, skal der sendes mindst 2 dommere. Dommerne skal være til rådighed i minimum 1 indvejning ved pågældende mesterskab. Hvis en klub ikke har dommere uddannet, eller dommerne ikke kan dømme, kan

der træffes en aftale med dommere fra andre klubber. ~~Hvis en klub ikke kan stille med de nødvendige dommere, vil der skulle betales et gebyr til DSF på 2000 kr pr manglende dommer.~~ Den arrangerende klub der afholder mesterskabet er ikke pålagt ovenstående krav.

*Ved årets afslutning opgøres hvor mange indvejninger den enkelte klub burde have stillet dommere til rådighed for på tværs af de førnævnte mesterskaber. Hvis en klub på tværs af mesterskaberne har stillet med dommere til færre indvejninger end påkrævet, betales et gebyr til DSF på 2.000 kr. pr. manglende dommer.*

**Motivation:** Dommerreglen blev oprindeligt indført for at skabe et incitament for klubberne ift. at sikre et tilstrækkeligt antal dommere ved mesterskaberne og samtidig afbøde at "byrden har været på for få skuldre".

Ovenstående ændringsforslag vil dels styrke incitamentsstrukturen, idet stævner, hvor en klub stiller med 5 eller færre løftere, eller selv arrangerer mesterskabet, fremadrettet også "tæller med i regnskabet". Samtidig styrkes hensigten om at fordele "byrden på flere skulde", idet dommerne lettere kan tilrettelægge dommergerningen ift. egen (stævne)kalender.

Ændringsforslaget er ansporet af en konkret situation, hvor vi i Ares har oplevet, at den nuværende regel har modarbejdet sin egen hensigt. Ares arrangerede sidste år DM Junior og dækkede samtlige indvejninger med op til flere dommere. Ved det efterfølgende SM ønskede Ares at tilmelde flere end 5 løftere, herunder en af de dommere, som til DM Junior dækkede samtlige indvejninger. Ares havde kun denne dommer til rådighed. Denne dommer var derfor nødt til at dømme mindst én indvejning eller undlade selv at deltage i stævnet for at undgå, at klubben skulle straffes af DSF. Det mener vi ikke er rimeligt eller hensigtsmæssigt.

#### **Forslag 9. Bestyrelsen bør fastsætte en plan for at nedbringe andelen af egenkapitalen investeret i risikofyldte aktiver**

DSF har 1.162.487 kr. investeret i værdipapirer pr. 31-12-2024. Dertil kommer en kontantbeholdning på 280.800 kr. Det kan være forsvarligt at investere en del af egenkapitalen i risikofyldte aktiver, men det bør ske med forsigtighed og inden for en veldefineret strategi, der tager højde for forbundets økonomiske situation og fremtidige behov. Bestyrelsen bør i 2025 fastsætte generelle principper for egenkapitalens størrelse og bør ligeledes fastsætte en plan for, hvorledes andelen af egenkapitalen investeret i værdipapirer nedbringes.

## **Forslag 10. fra SDU Styrkeløft**

### **Navneskift: fra Jyske Mesterskaber til Jysk-Fynske Mesterskaber**

#### **Motivation:**

Dansk Styrkeløft Forbund er generelt opdelt i vest og øst, hvilket bl.a. gælder ved DM Hold og kursusaktiviteter. De fynske klubber hører organisatorisk under vest og har dermed mulighed for at deltage i Jyske Mesterskaber. Dog oplever vi, at navnet skaber forvirring omkring Fynske klubbers adgang til stævnet, hvilket hæmmer rekruttering og deltagelse.

Fynske klubber har historisk set været underrepræsenteret i styrkeløft, men med fire aktive stævneklubber (6 klubber i alt) og 12 ud af 77 løftere ved JM Klassisk – hvor en fynsk klub (VK Kono) vandt bedste hold – mener vi, at en navneændring er relevant for at afspejle den reelle målgruppe.

Vi foreslår derfor at skifte navnet fra "Jyske Mesterskaber" til "Jysk-Fynske Mesterskaber" (forkortet JFM).

#### **Alternativt navneforslag:**

"Vest Mesterskaber"

"Vestdanske Mesterskaber" (VDM)

Mvh

Marcus Leth, SDU Styrkeløft

## **7.Valg af bestyrelse, Ordens- og amatørudvalg samt 1 intern revisor, 1 intern revisorsuppleant og et eksternt revisionsfirma,**

Valg af bestyrelse:

Formand, sekretær, bestyrelsesmedlemmer 1 og 3 vælges på lige årstal

På valg:

Næstformand: Trine Bagger, modtager genvalg

Kasserer: Bjarke Kollits, modtager genvalg

Menigt medlem 2: Emil Fuglsang, modtager genvalg

Valg til ordens- og amatørudvalget. Frans Bennetsen, modtager genvalg



Kaspar Thorup modtager ikke genvalg.

Bestyrelsen forslår Kasper Bjerregaard Jensen

Kvaliteter i forhold til posten: Tillidsrepræsentant i mere end ti år, har erfaring i at se ting fra forskellige vinkler og konflikthåndtering.

Dennis Jacobsen modtager ikke genvalg.

Bestyrelsen forslår Lars Bang Bertelsen

Jeg er 48 år, redaktør på TV MIDTVEST med 28 års erfaring i mediebranchen. Inden jeg kom til TV MIDTVEST var jeg redaktionschef på Nordjyske, og jeg har blandt andet undervejs 12 års erfaring som sportsjournalist.

Revisoren og det eksterne revisionsfirma vælges på det ordinære repræsentantskabsmøde på ulige årstal.

Intern revisor: Elise Thorsen

Intern revisorsuppleant: Henning Thorsen

Eksternt revisionsfirma: ERNST og YOUNG

## **8. Eventuelt**