

Halden Styrkeidrettslag

Referat fra styremøte 2/2025

Møtetype: Oppmøte
Tid: 29. April 2022 (18.00-21:00)
Sted: Johan.

Aksjonsliste fra styremøte 20.02.25	Ansvarlig	Utført
Følger opp at brannøvelse blir gjennomført, notere navn på de som deltar og notere hendelsen i brannpermen.	Kjetil	Videreføres
Skrive søknad om arrangering av RM benkpress 2026	Aina	Aina
Undersøke kostnaden for å utvide plattingen i tungtreningsrom	Jan Erik/Arnulf	Jan Erik/Arnulf
Bestille og sette opp speil over kettlebells i trimrommet	Arnulf	Speil er kjøpt, men ikke montert.
Organisere vaskedugnad 01.04.25	Jan Erik	Jan Erik
Kontakte kommunen med tanke på evt. evakuering fra tilfluktsrom	Jan Erik	Jan Erik
Organisere ny løfteskole	Aina/Kjetil	Utsettes til høsten 2025.
Avtale møte angående vasking med A.P. Sjøheim	Jan Erik	Jan Erik/Aina
Sjekke oppsett av høytalere og mikrofon	Arnulf	Arnulf
Sjekke frist for søknad om å arrangere NM 2027	Arnulf	Arnulf
Kjøpe inn materiell til medisinskap	Lise	Lise
Aksjonsliste fra styremøte 29.04.25.		
Skrive søknad om å arrangere NM Benkpress 2027	Aina	
Rydde bakgården	Jan Erik	
Bestille og montere pull-ups stang	Jan Erik	
Søke om midler fra Sparebankstiftelsen om midler til platting og treningsutstyr som er kjøpt inn	Arnulf	
Ta kontakt med kommunen igjen for å avklare videre hva som kan gjøres med utstyr tilfelle evakuering	Arnulf	

Agenda

SAKSNR.	SAK TIL BEHANDLING	KATEGORI
1-2-2025	Godkjenning av innkalling og agenda Innkalling og agenda til styremøte med tilhørende dokumentasjon vil bli lagt frem for godkjenning. Forslag til vedtak <i>Innkalling og agenda til styremøte, med tilhørende dokumentasjon godkjennes.</i>	Godkjennes.
2-2-2025	Godkjenning og signering av protokoll/referat fra forrige møte Protokoll/referat fra forrige styremøte vil bli gjennomgått og lagt frem for signering. Forslag til vedtak <i>Protokoll/referat fra forrige styremøte godkjennes.</i>	Godkjennes og signeres.
3-2-2025	Infosaker ● NM veteran utstyrfritt Brummundal: Geir O Olsen deltok i -83 M2 og tok gull og Norgesrekord i markløft ● NM Benkpress i Haugesund: Bjarne Robin, Trond og Frode deltok utstyrsfritt og det ble 2 gull og 1 sølv. Kaya og Jan Erik deltok med utstyr og fikk 1 gull og 1 sølv ● NM ungdom/junior Askim: Magnus Stenkløv deltok og tok sølv i -66 for ungdom. ● VM Benkpress 17-24 mai : Der har vi søkt deltagelse for Frode, Bjarne Robin, Trond B og Ann-Kristin og alle har blitt tatt ut til deltagelse. ● Trenermøte Alle trenerne har signert treneravtale. Paul er enstemmig valgt til hovedtrener. Det startes opp med fellestreninger mandag og torsdag 17.00-19.00 med god oppslutning (8-12 stk på hver fellestrening så langt). ● Trekking av benker Paul skal ha med materialforvaltere på opplæring av trekking av benker 10.3 (Utsatt. Paul holder i dette) ● Klubbmesterskap: Klubbmesterskap i styrkeløft ble avholdt den 11.03.25. Det var 13 deltagere som deltok. ● Gammel crossover og nedtrekksapparater. er gitt bort og ble hentet som avtalt. ● Nytt utstyr er montert og div tilleggsutstyr er hengt opp. ● Aina og Kaya har fullført trener 1 del 3. ● Korridorvask ble gjennomført 1. april. Cirka 12 stk deltok ● RM Benkpress ble søkt for 2026. Som det ser ut fra terminlisten er det Brummundal som har fått tildelt dette. ● Kommunen har ingen steder vi kan låne med tanke på oppbevaring av treningsutstyret vårt ved en evakuering fra	Orientering

	tilfluktsrommet. Kontaktperson i kommunen: Lars Frode Bjørk • Regionsting 01.03.25. Kaya, Aina og Jan Erik deltok som representanter for Halden SI. • Det er søkt NIF om midler til utstyr. • Samordnet rapportering er gjennomført.	
4-2-2025	Ny reiseregning mal og mal for utbetaling av arbeidsgodtgjørelse Lise har kommet med forslag til nye maler. Styrets leder har redigert og utarbeidet forslag til maler. Se vedlegg. Forslag til vedtak <i>Foreslår at styret stemmer over om vi ønsker å bruke de nye malene.</i>	Styret godkjenner de nye malene.
5-2-2025	Avklare beløpsgrenser Lise ønsker at vi går igjennom rutiner og beløpsgrenser • Lønn: maks kr 10.000 • Utgifter: maks kr 10.000 (må dokumenteres) • Refusjon av reisekostnader: Maks kr 10.000 (fly, hotell, parkering, som må dokumenteres) • Km godtgjørelse: Må ikke overstige statens satser på kr 3,5 pr km (skattefri) • Dommergodtgjørelse kr 330 pr. gang (maks kr 3300) • (Vi har utstyrsstøtte på kr 3000/ 5000/5000) Forslag til vedtak <i>Foreslår at dagens sats på 2,50 kr økes til 3 kr per km.</i>	Styret vedtar at beløpsgrenser beholdes, bortsett fra kilometergodtgjørelse som økes til 3 kroner per km.
6-2-2025	NM Benkpress 2027 Skal vi søke om NM Benkpress for 2027? Forslag til vedtak <i>Foreslår enkel avstemning i styret.</i>	Styret ønsker å søke om NM. Aina skriver søknad.
7-2-2025	Miljøkontakt Da vi ikke har noen miljøkontakt, trenger vi og få på plass dette. En miljøkontakt vil ha et samarbeid med forskjellige foreninger som f.eks. Frelsesarmeen. Miljøkontakten kan gi støtte med gratis trening til f. eks 10 personer i året som har det økonomisk vanskelig. Forslag til kandidat til denne stillingen er Aina.	Styret vedtar at Aina blir miljøkontakt for Halden SI.

8-2-2025	2 stk. gamle benkpressbenker fra midterste rommet. Vi har fjernet 2 gamle benkpressbenker fra det midterste rommet, den ene står i gangen og den andre står på et rom lenger ned i gangen. Skal vi gi bort disse? Forslag til vedtak <i>Foreslår at disse gis bort eller kasseres</i>	Se om vi får plass til den hvite benken. Dersom det ikke er plass. gis begge benkene bort.
9-2-2025	Vakt/vaskejobb Det er avholdt et møte med A.P. ang situasjonen rundt vakter og vaskere. Det konkluderes med at slik som det er nå er det ikke lenger behov for vakter. Dette var aktuelt den gangen vaktene låste opp og igjen lokalene, i dag har de fleste kort og trener til alle døgnetstider. Det foreslås at de vaktene som ønsker det flyttes over i vaskestillinger og vaktordning avvikles. Da får vi forhåpentligvis fylt opp de vaskejobbene som i dag er ubemannet. A.P. får etter dette full myndighet til å velge hvem som skal ha et verv eller ikke uten å måtte gå om styret. Forslag til vedtak <i>Foreslår at vaktordning avsluttes og verv som vasking prioriteres.</i>	Avgjørelsen på dette utsettes. A.P. Sjøheim inviteres med på neste styremøte for å diskutere vakt- og vaskeordning.
10-2-2025	Ryddde korridor Vi har en del søppel etter det nye utstyret som er montert, dette står nederst i gangen og må ryddes/kjøres til gjenvinning.	Alle i styret bidrar med dette.
11-2-2025	Sommeravslutning for trenere og utøvere som har deltatt på fellestreninger. Foreslår at det bestilles bowling og pizza på Lucky Bowl i slutten av juni som avslutning på første halvår som et steg i det å skape et godt samhold både utenfor og på trening.	Styret godkjenner dette.
12-2-2025	Sommer stengt uke 27 t.o.m. 30.	Aina setter opp ny liste for sommeren 2025. Aina kontakter aktuelle kandidater.
		.

13-2-2025	Platting styrkeløftrommet. Prisen kommer på mellom 80-100 000 avhengig av hvilken løsning som velges. Planlagt bygging under sommerstengt 2025.	
14-2-2025	Diverse ● Bakgården må ryddes og lukes. Jan Erik tar ansvar for at dette arbeidet utføres. Det er tenkt at det skal brukes round-up. i bakgården. Lise holder i dette videre. ● Crossover må settes i vater. Materialforvaltere. ● Bestille og montere pull-ups stang. Jan Erik. ● Det har kommet forslag fra medlemmer om å flytte noen av manualene ned på trimrommet. Grunnet plass, blir manualene stående der de er. Det er anledning for å ta de med på trimrommet, forutsatt at de settes på plass igjen. ● Anlegg på trimrommet. Det er ikke mulig å stille inn radiokanaler lenger. Sjekke om det kan løse seg ved kjøp av ny fjernkontroll. Spørre Trond S. om han har anledning for å ordne dette. ● Aina og Kjetil arrangerer løfteskole høsten 2025. Kjetil er i dialog med Porsnes videregående skole og det er planlagt presentasjon for idrettslinja til høsten.	
15-2-2025	Neste styremøte 09.09.25. hos Henrik.	

Halden, 11.05.25

Referent

Aina Lund Bråten