



Svenska styrkelyftförbundet

Verksamhets- berättelse 2023

Styrelsen

Styrelsen har under verksamhetsåret från årsmötet 2023 till årsmötet 2024 bestått av ordförande Levi Bergstedt, kassör och vice ordförande Patrik Björk, sekreterare Sofia Kamlund, samt ledamöterna Thomas Wulffeld, Anna-Lena Bellqvist och Josephine Hirvonen Verngren.

Styrelsen har haft åtta styrelsemöten, under 2023, främst via Teams eller i samband med andra konferenser. Utöver detta har styrelsen behandlat några beslut via per-capsulam.

Uppföljning av verksamhetsplan 2023

På årsmötet den 2023 fastslogs en verksamhetsplan, verksamhetsplanen hittas [här](#). Styrelsen har det övergripande ansvaret för verksamhetsplanen uppfylls, men har till sin hjälp i det praktiska arbetet dels anställda, dels utskott och arbetsgrupper, dels SDF och föreningar.

Organisation och arbetssätt

Under året har vi gjort och arbetat med resultatet av en utvärdering av styrelsens och förbundschefens arbete under ledning av Styrelseakademin. Vi har arbetat mycket med att ta fram rutiner och struktur för styrelsens och utskottens arbete.

Styrelsen har jobbat med arbetsordningar och delegationsordningar för förtroendevalda och anställda. Vi har också jobbat på att utveckla kommunikationen med distrikten genom regelbundna digitala distriktsledarträffar.

Det kvarstår en del arbete, vilket framgår av att en del mål och aktiviteter återkommer i verksamhetsplanen för 2024 men arbetet har startat och kommer att fortlöpa.

Utbildning och utveckling

Flera utbildningar har lanserats på Idrottens Utbildningsplattform som i sig själv också har utvecklats under året. En av årets höjdpunkter var Lifting Camp där 60 ungdomar träffades och lyfte saker med varandra. Utbildning och utveckling i allra högsta grad och en form vi vill bygga vidare på.

Under 2023 har arbetet med ett nytt tävlingssystem nått sin slutfas och det kommer rullas ut under 2024. Högskoleutbildningen på Högskolan i Dalarna fortgick under året.

Styrelsen utsåg en forskningsansvarig inom sig för att tillse att vi kan bidra till och ta del av aktuell forskning inom styrkelyft.





Styrelsen forts.

Elitverksamhet

Under 2023 hade vi en elitsamordnare anställd som främst jobbade med lägerverksamheten med hjälp av distrikten. Elitbreddläger hölls under våren i sju av åtta distrikt samt under hösten i alla åtta distrikt med hög närvaro av landslagslyftare såväl som lyftare på väg uppåt i sin karriär. Landslagsverksamheten är tillbaka till det normala efter pandemi och krigsutbrott och medaljskörden blev riklig.

Vi har börjat utreda möjligheten till egen coachutbildning, både för att bredda kompetensen men också för att det krävs för internationella coacher från 2025.

Tävling/serieverksamhet

Efter utredningsarbete 2022 implementerades några förändringar i exempelvis lagsammansättning och antal divisioner i serien. Lag-SM minskades till att bara utse mästare i klassisk lyftning medan de utrustade lagen fick vinnare efter seriens slut. Studentserien togs bort från seriesystemet tills vidare. Antal licenser: ca 1800 st

Marknadsföring/PR och kommunikation

Vår marknadsföring/PR och kommunikation sker främst via redaktionskommitténs arbete på sociala medier. Detta har under året utvecklats och de som arbetar i redaktionskommittén lägger ner ett stort arbete på att visa upp bredden av vår sport.

En arbetsgrupp sattes samman för att arbeta bredare med PR och för att hitta andra intäktströmmar de vi har idag. Detta arbetet pausades dock kort efter uppstart, men kommer att återstartas igen under 2024.

Återstartstödet

Vi har under året använt återstartstödet för att våra medlemmar ska få så stor effekt som möjligt av det. Vi har exempelvis haft avgiftsfria serier, licenser och medlemsavgifter.

Elitutskottet

Sveriges damer och herrar, alltifrån ungdom under 18 år till veteran över 70 år tog under året 122 st internationella medaljer från NM till VM. Några världs- & europarekord blev det också.

Vid VM i Klassisk Styrkelyft på Malta slog sistaårsjuniorerna Carl Johansson till med ett toppresultat och blev seniorvärldsmästare på ett magnifikt sätt. Gustav Hedlund (VM 3a totalt på poäng) och Emil Norling (tillika Europamästare 2023) tog varsin silver. Sveriges herlag placerade sig på tredje nationsplats, vilket är fantastiskt i den stora konkurrens som VMet bjöd på.

På juniorsidan i Klassisk Styrkelyft var det främst damerna som stod för de riktigt stora framgångarna (förutom Carls senior VM guld) där Agnes, Ida-Therese och Alba tar VM medaljer, varav Alba har ett år kvar som junior. Det sker ett litet generationsbyte då flera toppjuniorer nu blir seniorer men genom goda ledare i föreningarna tror vi att det kommer nya starka unga lyftare.

På ungdomssidan stod supertalangen Anders Nguyen för det främsta utropstecken då han blev både VM 3a och Europamästare för Ungdomar samt världsrekord totalt. På U/J NM i Norge visade de många svenskarna att de vill vara med och tampas om platser i framtidens landslag.

Vid VM i Utrustad Styrkelyft i Litauen tog de två fenomenala tjejerna Laura Savolainen (Europamästare 2023) och Matilda Vilmar varsin silver.

En stor trupp svenska bänkpessare reste till VM i Sydafrika för att tampas med resten av världen. Skörden blev stor och flygen hem till Sverige blev antagligen ett antal kilon tyngre av alla medaljer. Sverige fick tre seniorvärldsmästare i Klassisk Bänkpess genom Emelie Åslund, Annika Zelander (VM 2a totalt på poäng) och Matilda Hjälle (VM 1a totalt på poäng). Sverige blev bästa damnation, fantastiskt! I utrustad tog Frida Wik brons. Inte mindre än åtta juniorer fick kliva överst på pallen detta VM och Sverige blev bästa juniornation för både damer och herrar, så återväxten är god.

Elitutskottet har under året haft både ett par fysiska och ett par digitala möten. Flera av resp. landslag har arrangerat läger inför mästerskap.





Tävlingsutskottet

VÅR MÅLBILD FÖR 2023

Vårt uppdrag har varit:

- Att utse arrangör av de SM-tävlingar som ligger utanför SM-veckan
- Att se över och vid behov korrigera kvalgränser till SM-tävlingar
- Att kontrollera att anmälda lyftare till SM-tävlingar uppnått kvalgräns
- Att se över och vid behov korrigera tävlingsbestämmelserna
- Att ge dispenser vid eventuella tävlingar utanför kalendern som uppfyller SSF:s krav
- Att svara på frågor som riktats till utskottet

PLANERADE & GENOMFÖRDA AKTIVTETER UNDER 2023

Under verksamhetsåret har vi utsett 5 arrangörsföreningar som SM-arrangörer enligt följande:

- SM i KL BP U/J/S/V och UTR BP alla åldrar: Hallsberg AK
- SM i KL SL U/J: Örebro KK
- SM i UTR SL alla åldrar: Falköpings TK
- SM i KL SL veteran: Falkenbergs KK
- Lag-SM: Göteborgs KK

Vi har gjort små justeringar i tävlingsbestämmelserna för att harmonisera med tävlingsreglernas ändringar.

Vi har granskat samtliga anmälningar till respektive SM och vid behov meddelat strykningar.

Vi har svarat på otaliga mail med frågor och varit bollplank åt kansli, förbundschef och styrelse, samt lämnat några dispenser för tävlande utanför kalendern.

Vi har också sett över kvalgränser för alla åldrar och säkerställt att det finns en uppsatt kvalgräns i alla kategorier.

UTVÄRDERING KRING HURUVIDA VI NÅTT VÅR MÅLBILD

Vi har utfört de uppdrag som förväntats 2023.

SLUTORD

Vi har haft ett intensivt år med hög arbetsbelastning inför varje SM-tävling och många möten. Vårt utskott har fungerat bra och vi har haft ett mycket bra samarbete.

Veteranutskottet

Verksamhetsberättelsen fokuserar på året som gått och täcker:

Genomförda aktiviteter

Aktiviteter som har genomförts är att delta med officiella SSF coacher på samtliga veteran EM och VM i både Styrkelyft och Bänkprens.

- EM i Utrustad Styrkelyft – Pilsen Tjecken
- EM i Klassisk Styrkelyft – Budapest Ungern
- VM i Klassisk & Utrustad Styrkelyft – Ulaanbaatar Mongoliet
- EM i Klassisk & Utrustad Bänkprens – Bordeaux Frankrike
- VM i Klassisk & Utrustad Bänkprens – Sun City Sydafrika
- 1-2 planerade träningsläger

Utskottet har sänt coacher till samtliga uppdrag. Vid vissa tävlingar har det varit för få coacher, medan det vid andra har varit för många.

Ett av totalt två planerade läger hölls i ASK Eskilstunas lokaler med en föreläsning i träningslära av professor Michail Tonkonogi. Lägret var mycket lyckat i alla avseenden. Förändringar för SSFs ekonomiska situation och hälsoskäl gjorde att det bara blev ett läger.

Planerade aktiviteter:

1. Tillhandahålla professionell coaching till de lyftare som har valt SSF utsedda coacher.
2. Genomföra minst ett läger där huvudfokus ligger på den praktiska träningen samt en föreläsning relaterat till verksamheten.

Genomförda aktiviteter:

1. Tillhandahöll professionell coaching för de lyftare som valt att ha SSF utsedda coacher.
2. Genomfört ett läger med praktisk träning och föreläsning.

Slutord

Att bedriva verksamheten 2023 har gått bra. Tack vare att vissa deltagare har med sig privata coacher har coachingen flutit på bra. Utan dessa hade det varit mycket svårt/betydligt sämre kvalitet på coachningen då antal lyftare är för många för SSFs utsedda coacher. Vi ser en stor utmaning i detta då IPF/EPF ändrat förutsättningarna så att varje coach ska betala en avgift samt vara utbildade. Det gör att det blir svårt att upprätthålla en god kvalitet på coachningen med samma svenska deltagarantal.





Parautskottet

Parautskottet utvecklar paraidrotten inom Svenska Styrkelyftförbundet och skapar möjligheter för personer med funktionsnedsättning att delta i träning och tävling i våra föreningar. Ökad tillgänglighet, ett gott bemötande, hållbara och skadefria idrottsmiljöer, kompetens i lokalen och utveckling utifrån individens egna ambitioner och förutsättningar är en röd tråd genom hela vårt arbete.

GENOMFÖRDA AKTIVTETER UNDER 2023

Under verksamhetsåret 2023 arbetade vi med följande områden och aktiviteter för att nå den uppsatta målbilden "flera tävlingstillfällen för våra paralyftare":

1. *Erbjuda 3 nationella tävlingstillfällen i parabänkprens där två tillfällen skulle arrangeras tillsammans med föreningar som inte gjort detta tidigare.*

Under SM veckan i Skövde genomfördes RM i Parabänkprens där SVT sände hela tävlingen. I Sandviken hölls en tävling ihop med den ordinarie serien, där både lokaltidningen och lokal TV gjorde reportage. I Eskilstuna hölls tävling i samband med Tunaspelen

2. *Fortsätta utveckla samarbetet med andra länder och Word Para Powerlifting (WPPO)/IPF/Special Olympics Europe för att öka kompetens och skapa flera möjligheter för parabänkprens och Styrkelyft IFN i regionen.*

Vi har haft möten med norska förbundet gällande samarbete för både läger, utbildningar och projekt för att skapa möjligheter även för personer som i dagsläget inte klassas in som paralyftare per definition.

3. *Vi har genomfört utbildningssamarbete med Högskolan Dalarna, arrangerat relevanta föreläsningar för lyftare, ledare och de som varit intresserade samt hittat andra idrotter som vi ingått pilotsamarbete med inom styrketräning för paraidrottare.*
4. *Vi har inom utskottet utbildat ledamöterna för att öka kunskapen inom förbundet och därmed öka kvaliteten. En utbildningsstege är under pågående arbete.*
5. *Vi har utarbetat en särskild Parabänkmodul som har kunnat levereras till föreningar för träning och tävling.*

Målet var att 2023 även kunna delta med tävlande internationellt men olika omständigheter satte tyvärr stopp för det.

Särskilt våren 2023 var enormt intensiv då särskilt arbetet med Högskolan var som intensivast. Utformningen av parabänkmodulen, som även uppmärksammats internationellt, var årets höjdpunkt då den har öppnat möjligheter för föreningar som inte anser sig ha varken plats eller råd med en vanlig parabänkprens.

Tekniska utskottet

Då tävlingsåret 2023 präglades av kraftigt ökade kostnader för bl.a. boende och resor gav det oss utmaningar för kostnadseffektiviseringar. Vi valde också att under året avvakta med examinationer av nya internationella domare, vilket istället kommer ske under 2024, då tre domare kommer att testa för uppgradering till internationell domare.

Under året har vi examinerat fem nya förbundsdomare och ett stort antal distriktdomare. Under våren genomfördes en obligatorisk domarfortbildning bl.a. p.g.a. nya bänkpessregler. Detta medförde tyvärr ett stort bortfall av domare som inte genomförde denna. Även en internationell domare förlorade sin domarlicens och vid 2023 års avslut var vi 11st internationella domare med behörighet t.o.m. 2027.

Svenska domare är generellt uppskattade internationellt för att hålla en hög standard vilket vi vill vara rädda om och vi vill fortsätta hålla en hög standard med kunskapsgivande utbildningar och bra bedömningsnivå på våra nationella tävlingar. Detta gynnar alla, inte minst svenska landslagslyftare.

Vid slutet av 2023 uppdaterades den svenska regelboken utifrån de internationella och nationella regeljusteringarna.

I början av 2024 fördelar vi uppdragen på 13 internationella mästerskap samt delar av de sex svenska mästerskapen. Därutöver ett stort antal serietävlingar, DM, LDM och för några av oss även Paratävlingar.



Antidopingutskottet

Antidopingutskottet är operativt ansvarig för SSFs antidopingverksamhet och dess arbetet styrs av SSFs antidopingprogram.

Utskottet består av en representant från varje distrikt och dessa har varit Michael Törnberg SSSF, Patrik Westerlund SÖSF, Anna Eriksson NNSF, Emma Giaever VGSF, Frida Pettersson MNSF, John Råd Juvas ÖSSF, Yngve Gustavsson SNSF, VSSF Vakant.

Under året har vi deltagit och varit synliga på de flesta av våra SM. Vi har även syns på landsdelsmästerskap, distriktsmästerskap och serietävlingar. Vi upplever att det är mycket uppskattat när vi dyker upp på där ute.

Under året har Förbundet haft tre fall av dopingbrott.

Vi understryker att antidopingarbetet i distriktet är avvägt av den representant distriktet utser. Främst ett distrikt har under flera år saknat antidopingansvarig och därmed inte haft något riktat antidopingarbete utifrån utskottets tillika Förbundets riktlinjer.

Michael Törnberg lämnar efter fem år som utskottsansvarig över ansvaret till Patrik Westerlund.

FRAMÅT

En träff är planerad i början av 2024

ADSE har kommit med en helt ny mall för antidopingprogrammet vilket medför att det är dags att uppdatera Förbundets program under 2024.

Då kraven från Antidoping Sverige (ADSE) ökar i ansvarstagande för respektive SF, som ju är juridiskt ansvarigt, kommer delar av ansvaret ligga mer på kansliet framöver, inte minst på utbildningssidan.

För dopingtest av person under 16 år ska målsman ge tillåtelse.

Juridisk stödperson ska kunna erbjudas för person som fälls för dopingförseelse.

Redaktionsutskottet

Redaktionskommitténs huvudsakliga arbete består i att bevaka mästerskap, kommunicera med medlemmar, skriva texter, göra intervjuer, låna ut mediakontot, och dela information från förbundets olika verksamheter.

Under 2023 har vi via, främst instagram, presenterat lyftare med "lyftarkort" inför samtliga internationella mästerskap och bevakat både de internationella och svenska mästerskapen, ibland med hjälp av lyftare på plats. Vi har även redovisat resultat under och efter mästerskap.

För att sprida kännedom om, och uppmärksamma sporten bortom befintliga medlemmar har vi kontinuerligt publicerat och rapporterat om medlemmar, lyftare, anställda och ideellt engagerade.

Exempel på sådant som genomförts för att nå ut med sporten är:

- Delat artiklar om styrkelyft.
- Puffat för interna och externa utbildningar.
- Informerat om IUP, Skolsamverkan, Antidoping, anmälningsspåmiennelser etc.
- Lånat ut kontot till medlemmar.
- Bevakat olika lyftarläger, bl.a. Lifting Camp i Halmstad.
- Gjort ett stort antal intervjuer med både lyftare, förtroendevalda, anställda, etc.

Redaktionsutskottets ledamöter har under 2023:

- Skapat över 1600 publiceringar på Instagram och ökat följarantalet från 7036 till 7381.
- Ökat följarantalet på Facebook från 3916 till 4007
- På Instagram nått ut till nästan 44 000 unika konton och ökat vår räckvidd med 16,3%
- På Facebook nått över 80 000 unika konton och vår räckvidd ökat med 162,5%

Av våra följare på Facebook och Instagram är 32% kvinnor och 68% män.

Enskilda inlägg på Instagram har som bäst nått över 9000 personer, och på Facebook 20 000 personer.

Under hösten samlades utskottet för en planeringshelg där vi klargjorde strukturer för utskottets arbete.

Det har varit ett intensivt år genom de många mästerskapen och stora händelser inom vår sport. Det är en utmaning att som ideella bevaka allt detta då resultat och tävlingar alltid har ett bäst föredatum och när något sker vill vi "vara på plats" oavsett när och var i världen.

Redaktionsutskottets ledamöter har under 2023 gjort ett fantastiskt arbete och arbetat under årets alla 365 dagar, vilket antalet genomförda publiceringar är ett bevis på.





Projekt och verksamhet via statliga stöd

De statliga medel förbundet erhåller genom RF utgör ungefär hälften av den totala budgeten. Verksamhetsstödet är dels till för respektive SFs ordinarie organisation, dels är stödet riktat för bl.a. unga, äldre, para och elit. Återstartstödet som tillkom via staten till idrotten i.o.m. pandemin har riktats till förbund, distrikt, föreningar och till stor del mot barn och unga. En del av Återstartstödet förlängs även under 2024. Förbundet har i.o.m. dessa stöd under året kunnat projekt- och fastanställa personal för att driva de önskade projekten som i sig ger oss bredd, men också för att utöka kunskapen generellt inom vår idrott. IF har kunnat söka både Projektstöd och Verksamhetsstöd till riktade områden och har så gjorts under året.

Här följer verksamhet som förbundet bedrivit tack vare ovan nämnda medel:

- En projektanställd Elitsamordnare, som främst har samordnat de Elitbreddläger som arrangerats av SDF och IF under våren och hösten i samtliga distrikt.
- SDF läger arrangerade av distrikt.
- Paraverksamhet (se Parautskottets verks.ber.).
- Ledarutbildningar för träning +65 år.
- Tränarutbildningar.
- Barn- & Ungdomstränarutbildningar.
- "Lifting camp" Ett barn & ungdomsläger i Halmstad i samarbete med Svenska Tyngdlyftningsförbundet och Eleiko.
- Skolsamverkan där bl.a. ett stort antal nybörjarkit har nått föreningar och RFSISU distrikt.
- Idrottens Utbildningsplattform har byggts upp.
- Minskade avgiftskostnader för IF.

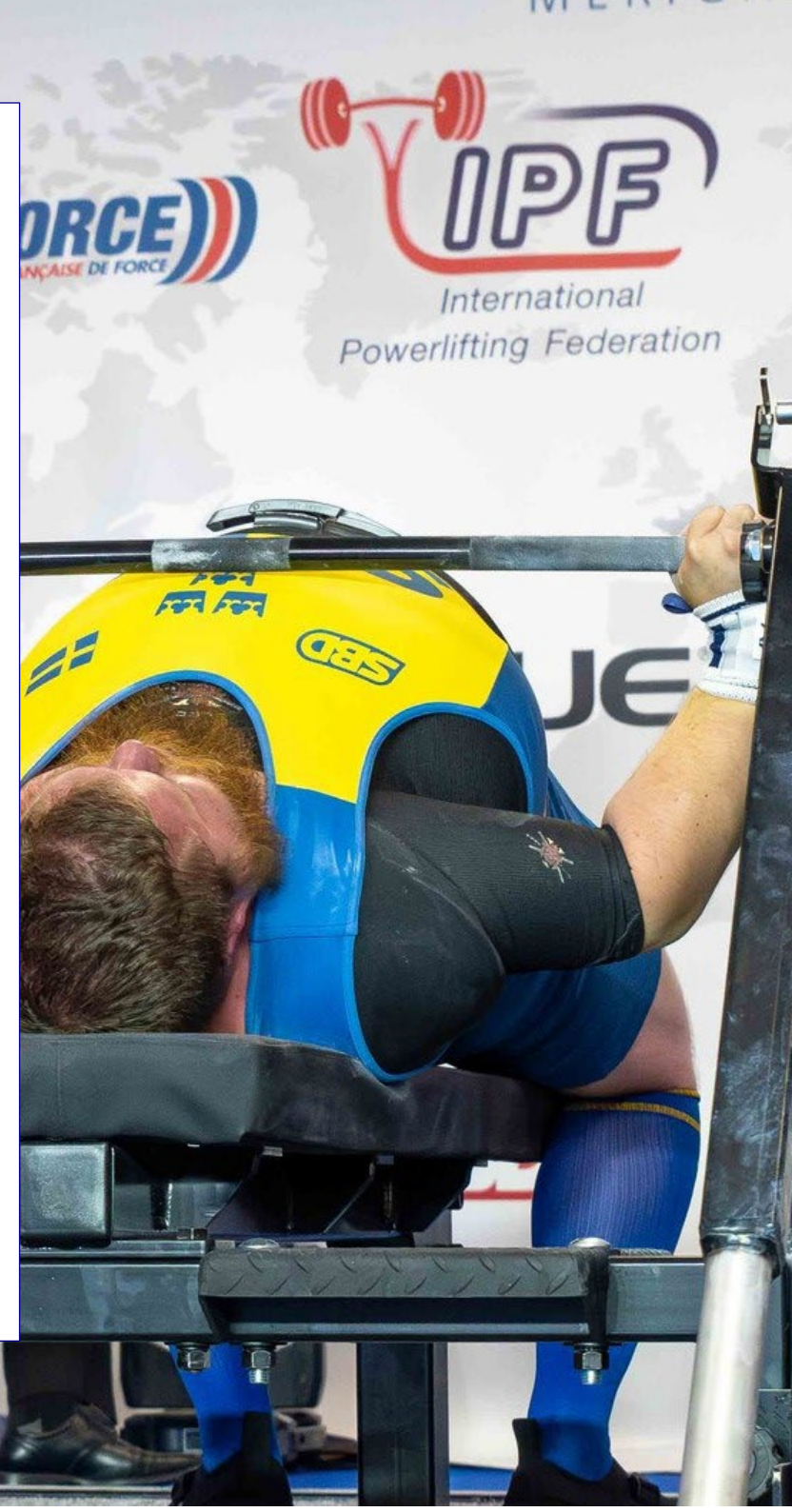
Stöden förändras genom åren och flera av projekten fortsätter medan andra avslutas i och med att projektiden gått ut.

Utbildning

Svenska Styrkelyftförbundet har under 2023 uppdaterat utbildningsstrukturen som numera ska omfatta utbildningsstege med olika tränarnivåer för styrkelyft & utvecklingsmodell för tränare och lyftare.

Svenska Styrkelyftförbundet utbildningsverksamhet sker via Idrottens Utbildningsplattform där utbildningar successivt kommer lanseras. I dagsläget är följande utbildningar lanserade:

- **Grundtränarutbildning A**
Grundtränarutbildning A är en helt digital utbildning som utgör den första nivån i Svenska Styrkelyftförbundets utbildningsstege för tränare.
- **U 11-13 tränarutbildning 1**
U11-13 Tränarutbildning 1 är en praktisk utbildning med digitala moment som utgör en del av andra nivån i Svenska Styrkelyftförbundets utbildningsstege för tränare.
- **Ungdom/Juniortränarutbildning 1**
Ungdom/Junior Tränarutbildning 1 är en praktisk utbildning med digitala moduler som utgör en del av andra nivån i Svenska Styrkelyftförbundets utbildningsstege för tränare.



Nedan syns de vunna internationella medaljerna 2023 samt en del av Verksamhetsberättelserna i sin helhet.

Internationella Totalmedaljer

KLASSISK STYRKELYFT

VM Klassisk Styrkelyft Senior

Guld - Carl Johansson

Silver – Gustav Hedlund, Emil Norling

EM Klassisk Styrkelyft Senior

Guld – Emil Norling

Silver – Matilda Hjälle

Brons – Anna-Lena Bellqvist

VM Klassisk Styrkelyft Junior

Silver – Ida-Therese Lindeberg, Alba Boström

Brons – Agnes Rudin

EM Klassisk Styrkelyft Junior

Guld – Agnes Rudin

Brons – Ida-Therese Lindeberg

VM Klassisk Styrkelyft Ungdom

Brons – Anders Nguyen

EM Klassisk Styrkelyft Ungdom

Guld – Anders Nguyen

VM Klassisk Styrkelyft Veteran 2

Silver – Mia Öhrnell

Brons – Åsa Blomgren

EM Klassisk Styrkelyft Veteran 2

Guld – Thomas, Wulffeld

Brons – Christopher Dolk

WUC Klassisk Styrkelyft Student

Silver – Ellen B Åkesson

Brons – Erik Hartman

EUC Klassisk Styrkelyft Student

Guld - Andreas Nilsson, Mattias Svensson,

Emil Johansson, Nina Ohtonen Svarvare

Silver – Erik Hartman, Adrian Morari,

Tobias Lind, Ellen B Åkesson

UTRUSTAD STYRKELYFT

VM Utrustad Styrkelyft Senior

Silver – Laura Savolainen, Matilda Vilmar

EM Utrustad Styrkelyft Senior

Guld – Laura Savolainen

Silver – Frida Wik

EM Utrustad Styrkelyft Junior

Silver – Oscar Dahlkvist

VM Utrustad Styrkelyft Veteran 3

Brons – Tomas Ring

EM Utrustad Styrkelyft Veteran 2

Guld – Tomas Berg, Annelie Izindre,
Ulrika Johansson

EM Utrustad Styrkelyft Veteran 4

Guld – Britten Fernström

KLASSISK BÄNKPRESS

VM Klassisk Bänkpress Senior

Guld – Emelie Åslund, Annika Zelander,
Matilda Hjälle

Silver – Josef Eriksson, Julia Starck,
Wilma Olsson

EM Klassisk Bänkpress Senior

Guld – Josef Eriksson, Emelie Åslund,
Annika Zelander

Silver – Emil Lundgren, Axel Samuelsson,
Jonathan Henningsson, Matilda Hjälle

Brons – Tommy Påhls, Wilma Olsson

VM Klassisk Bänkpress Junior

Guld - Emil Lundgren, Axel Samuelsson,
Jonathan Henningsson, Agnes Rudin
Hilma Vesterberg, Elsa Marin Karlsson

Silver - Yulong Li

Brons - Maxim Uebel

EM Klassisk Bänkpress Veteran 1

Brons – Pernilla Sundberg,
Sandra Jakobsson, Jenny Wik Norling

EM Klassisk Bänkpress Veteran 2

Silver – Lars Carlsson, Annika Åberg,
Katarina Beremark

Brons – Viktoria Cederholm

EM Klassisk Bänkpress Veteran 3

Guld – Tomas Ring, Åsa Halvarsson

Silver – Yngve Gustafsson,

Susanne Bäckström, Monika Norberg

Brons - Yvonne Dymock

Sverige tog 20 medaljer vid Ungdoms- & Junior NM i Norge

UTRUSTAD BÄNKPRESS

VM Utrustad Bänkpress Senior

Brons – Frida Wik

EM Utrustad Bänkpress Senior

Silver – Joakim Wång, Rasmus Mirblom

Brons – Oliver Dahlkvist, Frida Wik,
Sofia Kamlund

VM Utrustad Bänkpress Junior

Guld – David Warnquist, Linnea Forslund

Silver – Arvid Sandström, Hilma Vesterberg,
Agnes Rudin

EM Utrustad Bänkpress Junior

Guld – Arvid Sandström, David Warnquist,
Linnea Forslund, Hilma Vesterberg

VM Utrustad Bänkpress Veteran 1

Guld – Petra Höglund

Silver – Sandra Jakobsson

VM Utrustad Bänkpress Veteran 2

Guld – Annelie Izindre

VM Utrustad Bänkpress Veteran 3

Guld – Tomas Ring

EM Utrustad Bänkpress Veteran 1

Guld – Sandra Jakobsson

Silver – Marcus Holmgren

Brons – Mattias Humble

EM Utrustad Bänkpress Veteran 2

Guld – Pernilla Röhr

Brons – Jukka Siltanen, Nicklas Karlsson

EM Utrustad Bänkpress Veteran 3

Guld – Tomas Ring, Ann Jordebo

Silver – Yngve Gustafsson

EM Utrustad Bänkpress Veteran 4

Brons – Göran Malmberg

Klassisk Styrkelyft Seniorlandslaget

Under året som gick så beslutades det att separera på det klassiska laget för ungdomar och juniorer respektive seniorer. Detta för att reflektera de ändringar i IPF/EPF's kalendrar, där dessa ålderskategorier tidigare har tävlat tillsammans under samma mästerskap men numera är skilt åt. Thomas Wulffeld blev in som ansvarig för ungdom- och juniorlaget och Karolina Arvidson behöll ansvaret för seniorlandslaget.

VM Klassisk styrkelyft Senior, St. Julians (Malta), 11-18.06.2023

Årets strid utspelades i herrarnas -74 kg där medaljerna stod mellan Calle Johansson, Taylor Atwood (USA) och Timothy Monigatti (NZL). Efter hårda domslut, jury-ändringar och ett fenomenalt sista marklyft (328 kg och världsrekord) så stod till sist Calle som världsmästare i klassen, på samma totalvikt som Tim och 0,5 kg före Taylor. Vilket sätt att presentera sig in i yppersta eliten, av junioren Calle.

I -93 kg och -105 kg lyfte Gustav Hedlund respektive Emil Norling hem varsitt stabilt silver. Övriga svenskar placerade sig enligt nedan:

Viktklass	Namn	Placering
-74	Alexander Eriksson	8
-83	Jack Söderberg	7
-76	Vilma Olsson	8
-84	Ellinor Svensson	11
+84	Matilda Hjälle	6
+84	Anna-Lena Bellqvist	7

EM Klassisk styrkelyft Senior, Tartu (Estland), 4-9.12.2023

Efter diverse skador och avbokningar så bestod EM-truppen endast av fem lyftare.

I -105 förväntades det (som vanligt) bjudas till hård tävling mellan Emil Norling och Anatolii Novopismennyi (UKR). Skadeproblem hos Anatolii satte dock stopp direkt och Emil kunde istället ta hem en överlägsen seger och det fjärde EM-guldet i rad.

I +84 stod det mellan Matilda Hjälle och Anna-Lena Bellqvist att göra upp om silver- och bronsmedalj. Efter stabil lyftning från båda avgjordes det slutligen i marken till Matildas förmån när hon tvingade upp Anna-Lena på tyngre vikter än vad som fanns för dagen.

I -93 tog Robin Larsson hem en fjärde plats (endast 2,5 kg från silver) och i -84 tog Ellinor Svensson 6e plats.

Klassisk Styrkelyft U/J-landslaget

Under året som gick så beslutades det att separera på det klassiska laget för ungdomar och juniorer respektive seniorer. Detta för att reflektera de ändringar i IPF/EPF's kalendrar, där dessa ålderskategorier tidigare har tävlat tillsammans under samma mästerskap men numera är skilt åt. Thomas Wulffeld blev in som ansvarig för ungdom- och juniorlaget och Karolina Arvidson behöll ansvaret för seniorlandslaget.

Målsättningen för U/J under 2023 har varit att fortsatt plocka hem internationella medaljer och ytterligare bredda landslaget på sikt. Nordiska mästerskapet är en väldigt viktig plattform och bidragande till rekrytering där nya landslagsdebuterande får chans att visa upp sig för större uppdrag. Planen detta år var också att fylla på juniorleden och därmed mer fokus på juniorer medverkande på NM.

En generation födda 2000 har de senaste åren varit en stor del av u/j landslaget och bidragit till stora internationella framgångar och medaljer. 2023 var det sista året för dessa framgångsrika juniorer innan det stora klivet upp till senioråldern.

De tre internationella mästerskapen under året är numera placerat under hösten med bara några månaders mellanrum. Vilket för oss nordbor kanske inte är optimalt. Först ut var VM i slutet av augusti därefter ett NM i september och avslutningsvis EM i mitten av oktober.

VM Cluj Napoca, Rumänien 24/8-3/9

Truppen till start bestod av fyra juniorer och en ungdom. (Seniorvärldsmästaren Calle Johansson stod över detta mästerskap och Anton Wasser var skadad)

Första tävlande ut var ungdomsstjärnskottet Anders Nguyen -66 kg. Anders gjorde en bra tävling som gav en bronspeng på hans första stora internationella tävling.

Andra lyftare ut var Ida-Therese Lindeberg -57 kg som tillhör en i den "gyllene" -00 generationen. Efter en bronsmedalj på VM året före var siktet inställt högre. Det blev ett silver denna gång efter en mycket väl genomförd tävling med det personliga rekordet 422,5 kg totalt.

Tredje lyftare ut var Alba Boström -63 kg. Alba har ett år kvar som junior och har det sista året gjort enorma framsteg. På förhandsnomineringen såg det ut som att kampen om guld skulle stå mellan henne och fransyskan Ludivine Delos, och så blev det också. Alba gjorde en kanontävling med 9/9 lyft och ett kraftigt "pers" på fina 500 kg totalt. Fransyskan som gick efter Alba i sitt sista marklyft drog det och vann på kroppviktfördel mot Alba. Silver till Alba!

Fjärde lyftaren ut och mångåriga meriterade u/j landslagskvinnan Agnes Rudin har efter ett par år i -69 kg tagit steget upp till -76 kg, vilket har gett en bra skjuts i utvecklingen. Efter en mycket väl genomförd tävling med 9/9 lyft blev det en bronspeng med personligt rekord på resultatet 525 kg.

Femte lyftare ut var Yulong Li i -93 kg. Efter en tuff höst där träningen inte varit på plats så gjorde ändå 2022 års världsmästare ett tappert försök mot pallplatserna. Efter guld i knäböj gick luften ur lite och det blev en 6e plats i en galet hård -93 kgs klass.

Medaljer Sammanlagt VM 2023: 2 silver, 2 brons.

Nordiska mästerskapet Lilleström, Norge 16–17 september

Truppen till 2023 års NM för ungdom/junior bestod av 19 klassiska lyftare i styrkelyft och bänkpress. Tre av lyftarna var ungdomar och resterande juniorer. Som "vanligt" ligger vi i topp med medaljer och topplaceringar när det gäller nordiska mästerskapet. Många bra internationella debuter bådär gott för framtiden.

Sammanlagt blev det 20 medaljer fördelat på klassisk styrkelyft och bänkpress.

EM Budapest, Ungern 10–17 oktober

Här blev det tyvärr några återbud på ett par givna medaljkandidater, därmed blev truppen lite tunnare än tänkt. Dock gjordes en gedigen insats av hela laget med två EM guld på topp.

Ungdomen Anders Nguyen -66 kg var först ut och fick lite av "revansch" från VM. Inledande världsrekord i knäböj bådade gott för fortsättningen. En dramatisk avslutning mot en belgare (som han förlorade silvret mot på VM), där Anders klarade sitt sista lyft och belgaren missade sitt, gav Anders EM guld och världsrekordet 608 kg sammanlagt.

Nästa tävlande, Ida-Therese -57 kg avslutade sin internationella juniortid med denna tävling och plockade hem ännu en medalj i samlingen genom en bronspeng med resultatet 420 kg.

Agnes Rudin -76 kg fick en riktig fullträff denna sista tävling för henne i juniorklassen och gjorde en tävling med 9/9 godkända lyft och ännu ett nytt "pers" på 530 kg som gav ett EM guld.

Emil Johansson -105 kg satte personligt rekord med 802,5 kg i sin debut på en större internationell tävling och en fin 6e plats i en stenhård klass.

Sist ut under detta EM var förstaårsjunioren Axel Isberg som tävlade i -120 kg. En 7:e plats blev det för Axel i sin debut i juniorklassen.

Medaljer Sammanlagt: 2 Guld, 1 silver

Övrig aktivitet under året var ett träningsläger med VM truppen till Rumänien. Det hölls i Halmstad i Eleikos lokaler den 5/8 under samma helg som "Eleiko Lifting Camp".

Femte lyftare ut var Yulong Li i -93 kg. Efter en tuff höst där träningen inte varit på plats så gjorde ändå 2022 års världsmästare ett tappert försök mot pallplatserna. Efter guld i knäböj gick luften ur lite och det blev en 6e plats i en galet hård -93 kgs klass.

Medaljer Sammanlagt VM 2023: 2 silver, 2 brons

Nordiska mästerskapet Lilleström, Norge 16–17 september

Truppen till 2023 års NM för ungdom/junior bestod av 19 klassiska lyftare i styrkelyft och bänkpress. Tre av lyftarna var ungdomar och resterande juniorer. Som "vanligt" ligger vi i topp med medaljer och topplaceringar när det gäller nordiska mästerskapet. Många bra internationella debuter bådar gott för framtiden.

Sammanlagt blev det 20 medaljer fördelat på klassisk styrkelyft och bänkpress.

EM Budapest, Ungern 10–17 oktober

Här blev det tyvärr några återbud på ett par givna medaljkandidater, därmed blev truppen lite tunnare än tänkt. Dock gjordes en gedigen insats av hela laget med två EM guld på topp.

Ungdomen Anders Nguyen -66 kg var först ut och fick lite av "revansch" från VM. Inledande världsrekord i knäböj bådade gott för fortsättningen. En dramatisk avslutning mot en belgare (som han förlorade silvret mot på VM), där Anders klarade sitt sista lyft och belgaren missade sitt, gav Anders EM guld och världsrekordet 608 kg sammanlagt.

Nästa tävlande, Ida-Therese -57 kg avslutade sin internationella juniortid med denna tävling och plockade hem ännu en medalj i samlingen genom en bronspeng med resultatet 420 kg.

Agnes Rudin -76 kg fick en riktig fullträff denna sista tävling för henne i juniorklassen och gjorde en tävling med 9/9 godkända lyft och ännu ett nytt "pers" på 530 kg som gav ett EM guld.

Emil Johansson -105 kg satte personligt rekord med 802,5 kg i sin debut på en större internationell tävling och en fin 6e plats i en stenhård klass.

Sist ut under detta EM var förstaårsjuniorerna Axel Isberg som tävlade i -120 kg. En 7:e plats blev det för Axel i sin debut i juniorklassen.

Medaljer Sammanlagt: 2 Guld, 1 silver

Övrig aktivitet under året var ett träningsläger med VM truppen till Rumänien. Det hölls i Halmstad i Eleikos lokaler den 5/8 under samma helg som "Eleiko Lifting Camp".

Studentlandslaget

Verksamhetsåret 2023 fokuserades på att genomföra EM och VM under dom kriterier som IPF har satt upp. Dvs att på EM komma med slagkraftiga lag från universitet då tävlingen främst fokusera på lagtävlingen. Att sedan under VM komma med ett lag som har så starka individer som möjligt då VM fokusera på individuella medaljer.

- Genomförda aktiviteter är således EM och VM
- Uppsatta mål för verksamheten fick revideras under året då ökade priser gjorde det svårt att motivera en stor trupp till VM.

VÅR MÅLBILD FÖR 2023

Vår huvudsakliga målbild är att få fler från universitet att delta på EM och VM. Att således sprida vår sport inom universitet och högskolor.

- *Vi har under året fått flera sökande till tävlingarna. Vilket gör det möjligt att skicka det slagkraftigaste laget till EM samt att kunna plocka ut dom starkaste individerna till VM.*
- *I och med mängden av lyftare som sökt till tävlingarna så har vi kunnat ställa höga krav på skickad trupp.*

PLANERADE & GENOMFÖRDA AKTIVITETER UNDER 2023

Genomförda aktiviteter under 2023 var EM med full trupp samt en mindre trupp till VM på 4 lyftare. Truppen till VM genomfördes trots ansträngd ekonomi via självfinansiering av resa för respektive lyftare.

1. *EM i Albi (Frankrike) var målen högt ställda på alla lyfter. Pallplats för lagen var målbilden. Dam-laget lyckades bli femma (Umeå) och sexa (Linköping) samt att Ellen B Åkesson blev tredje bästa lyftare. Herr-laget som året innan hade stor framgång lyckades med större trupp få bättre placeringar detta år. Umeå tog guld och Lund fick brons. Även detta år blev det en svensk pall när bästa lyfter skulle koras. Andreas Nilsson (guld), Emil Johansson (silver) och Mattias Svensson (Brons)*
2. *VM i Kranjska Gora (Slovenien) skickade fyra lyftare. Målbilden var två pallplatser vilket uppnåddes via Erik Hartman – 93 (brons) samt Ellen B Åkesson -69 (silver).*

UTVÄRDERING KRING HURUVIDA VI NÅTT VÅR MÅLBILD

Målet som antogs för 2023 uppnåddes.

Slutord

Ett starkt 2023 som fick reviderad plan då nya ekonomiska förutsättningar gjorde att trupp till VM fick minskas.

Utrustad Styrkelyft

Styrkelyft EM maj 2023, Thisted Danmark

Sverige deltog med fyra herrlyftare totalt. I viktklass 74 deltog Nour Kharboutl som placerade sig på en femte plats samt Teodor Eriksson som placerade sig på en fjärde plats i samma viktklass. I viktklass 83 kilo deltog Linus Hedberg där han placerade sig på en sjätteplats. Sista herrlyftaren var Oliver Dahlkvist som deltog i viktklass 105, tyvärr blev han utan resultat i knäböj, vilket gjorde att han blev utan placering sammanlagt, dock fick han trösta sig med en silvermedalj i delgrenen bänkpress.

Det var också fyra stycken damlyftare. I viktklass 52 kilo tog Laura Savolainen en guldmedalj sammanlagt och delgrens guld i bänkpress samt delgrens silver i marklyft. I samma viktklass deltog också Sandrine Quignaudon vilket resulterade i en femte placering.

I viktklass 76 tävlade Frida Wik och tog där sammanlagt ett silver, dessutom tog hon ett delgrens brons i knäböj och bänkpress. I viktklass -84 deltog Sofia Kamlund i vilken hon placerade sig på en sjätteplats.

Coacher var Olof Wiklund och Viktor Renberg.

Styrkelyft VM november 2023, Druskininkai Litauen

Sverige deltog med fyra damlyftare, först ut var Laura Savolainen i viktklass 52, där tog hon en silvermedalj totalt inklusive en bronsmedalj i delgrenen bänkpress och silver i delgrenen marklyft. Matilda Vilmar ställde upp i viktklass 69 där hon tog ett silver, med ett silver i delgrenen knäböj och ett guld i delgrenen bänkpress. Avslutade gjorde Sofia Kamlund i viktklass -84 där hon slutade på en sjätteplats. Sverige hade ingen herrlyftare med på tävlingen.

Coacher var Olof Wiklund och Viktor Renberg.

Under året genomfördes också ett endags träningsläger i Helsingborg med större delen av lyftarna som skulle delta på styrkelyft EM. Utöver det så var det några mindre träningsträffar av mer spontan karaktär under året.

Utrustad Styrkelyft U/J-landslaget

Det har dom senaste åren haft en avvikande trend för utrustad lyftning. Detta märks då underlaget av lyftare för en uttagning till landslaget inte är så stort. Vi har som kriterier ändå valt att hålla en hög nivå för att bli uttagen för att skapa enlighet genom alla landslag.

- Genomförda aktiviteter är EM och VM

VÅR MÅLBILD FÖR 2023

Vår huvudsakliga målbild är att få fler lyftare att böja med utrustad lyftning, men detta måste ske via alla klubbar främst.

- *Vi har kunnat skicka lyftare till EM och VM då vi har haft lyftare som har medaljchans vilket vi har som mål.*

PLANERADE & GENOMFÖRDA AKTIVITETER UNDER 2023

Genomförda aktiviteter under 2023 var EM och VM på 4 lyftare. Vi samkörde coacher under hela året med andra landslag som tävlade samtidigt så att vi skulle hålla ner kostnader.

1. *EM i Thisted (Danmark) var målen en pallplats vilket uppnåddes via Oskar Dahlkvist -83 (Silver). Truppen bestod av två lyftare*
2. *VM i Cluj Napoca (Rumänien) skickades en lyftare. Till denna tävling så viste vi att det skulle bli tufft att matcha en pallplats, men chansen fanns då Oskar gjorde ett bra resultat på EM vilket stärkte chansen. Oskar slutade på en femteplats.*

UTVÄRDERING KRING HURUVIDA VI NÅTT VÅR MÅLBILD

Målet som antogs för 2023 uppnåddes.

Slutord

Landslaget är inte stort men vi ser att det kan komma in några nya till 2024 med stor potential vilket kan göra att man får upp ögonen för utrustad lyftning igen.

Utrustad Bänkpress

Verksamhetsberättelsen fokuserar på året som gått och täcker:

- Vilka aktiviteter ni genomfört under året vs de ni planerade för i verksamhetsplanen
- Utvärdering av huruvida ni mött de kriterier ni satte upp i verksamhetsplanen

VÅR MÅLBILD FÖR 2023

Då detta år var det första hela verksamhetsåret med Per Peppe Nilsson som ny head coach, så har fokus varit att tillämpa sig med nya rutiner och att blicka framåt vad som kan göras bättre i framtiden i form av input från utövare.

Syftet med utskottet för utrustad bänkpress är att behålla och säkra kunskapen om utrustad bänkpress på hög internationell nivå. Under 2023 var våra valda fokusområden följande:

- *Säkerställa att vi har en bra och inkluderande stämning i gruppen som gör att aktiva trivs och vill fortsätta sin satsning för internationella medaljer.*
- *I verksamhetsberättelsen för 2023 kommer vi redogöra för vilka aktiviteter vi genomfört under året samt hur vi har bidragit till att uppnå vår målbild.*

PLANERADE & GENOMFÖRDA AKTIVITETER UNDER 2023

Vi hade en träningsträff inför det största mästerskapet VM i Sydafrika i Hallsberg samtidigt som det klassiska bänklaget hade sitt. Inför EM som gick under sensommaren så vart det svårare i om semestertider men en del kunde komma till hemmaklubben för Peppe och få lite avstämning där.

VM resulterade i två medaljer för junior herrar. Tre för junior damer samt en för senior dam.

EM resulterade i tre medaljer för senior herrar, två för junior herrar. Två för damer senior samt två för damer senior.

Under verksamhetsåret 2023 arbetade vi med följande områden och aktiviteter för att nå den uppsatta målbilden för 'ökad kännedom om styrkelyft':

Vi hade inom distriktet ÖSSF ett riktat läger för utrustad styrkelyft/bänkpress där vi hade et 25 tal intresserade som deltog.

Slutord

Tack för ett bra samarbete mellan kategorierna av coacher som bidragit till framgångar samt de aktiva som är de som kämpar hårdast för att leverera fina resultat i hård konkurrens!

Organisation

Svenska Styrkelyftförbundet

Karlskagan 28, 703 41 Örebro

010-450 71 70

kansli@styrkelyft.se

www.styrkelyft.se

Org.nr 802404-8566

Styrelse

Ordförande - Levi Bergstedt

Kassör - Patrik Björk

Sekreterare - Sofia Kamlund

Ledamöter - Anna-Lena Bellqvist,

Josephine Verngren, Ann Jordebo,

Thomas Wulffeld

Valberedning

Ordförande - Josef Eriksson

Ledamöter - Karin Caesar, Lidna Vedestig

Revisor

Jim Wahlström & Suppleant KPMG

Personal

Förbundschef - Robert Eriksson

Idrottsutvecklare - Anett Langva

Kansli - Alexander Grenehed

Elitsamordnare - Urban Boväng

Idrottskonsulenter - Lisa Karlsson,

Eddie Karlsson, Gustav Bågenvik (vikarie)

Internationell representation

Anett Langva (IPF), Patrik Björk (IPF),

Patrik Thur (EPF), Levi Bergstedt (NPF)

Tekniska utskottet

Ordförande - Patrik Björk

Ledamöter - Ola Arvidsson, Patrik Thur,

Peter Karlsson, Anett Langva

Elitutskottet

Elitsamordnare - Urban Boväng

KL SL - Karolina Arvidsson

UTR SL Olof Wiklund

UTR SL U/J & Student - Mikael Rundqvist

KL BP - Andreas Lind / Matilda Vilmar

UTR BP - Per Nilsson

Veteran SL/BP - Amit Selberg

Parasport - Ulf Eriksson

Parautskottet

Ordförande - Amit Selberg

Ledamöter - Ulf Eriksson, Anett Langva,

Peter Karlsson, Pernilla Röhr, Patrik Björk

Redaktionsutskottet

Ordförande - Niklas Ek

Ledamöter - Anna-Lena Bellqvist,

Mia Öhrnell, Elsa Sörman Paulsson

Karin Caesar, Viktor Larsson Calmén

Tävlingsutskottet

Ordförande - Jonas Telégin

Ledamöter - Thomas Wulffeld,

Pernilla Röhr, Jimmy Karlsson

Veteranutskottet

Ordförande - Amit Selberg

Ledamot - Tomas Ring

Antidopingutskottet

Ordförande - SSSF Mikael Törnberg

SÖSF Patrik Karlsson, VGSF Emma Giaever

ÖSSF Josephine Hirvonen Verngren / John Råd Ruvas

SNSF Yngve Gustafsson, NNSF Anna Eriksson

MNSF Christopher Rickan / Frida Pettersson

Disciplinnämnden

Levi Bergstedt, Patrik Björk, Annika Lindroth

