



# Årsmöte 2024

## Lunds Tyngdlyftningsklubb

---

**Plats:** Fontänhuset, Magle st. kyrkogatan, Lund

**Datum:** 03/03

**Tid:** 17:00

---

### 1. Val av ordförande och sekreterare för mötet

Erik Hartman väljs till ordförande för mötet. Sebastian Acosta väljs till sekreterare.

### 2. Val av två justeringsmän, tillika rösträknare, att jämte ordföranden justera protokollet

Albin Nilsson och Valdemar Alsin väljs till justerare.

### 3. Fråga om mötets behöriga utlysning

Mötet anses vara utlyst behörigt.

### 4. Fastställande av röstlängd för mötet

Alla närvarande har rösträtt under mötet. Närvarande medlemmar:

David Janzi, Emil Jörgensen, Simon Brandt, Emma Danielsson, Ebba Holk, Albin Nilsson, Love Berger, Leona Vikander, Alex Hertler, Katarina Beremark, Kevin Hevele Valdemar Alsin, Felicia Nilsson, Elin Andersson, David Janzi, Suzanne Janzi, Johan Humle Waldeborn Gamming, Sebastian Acosta, Simon Söderlund, Erik Hartman samt Abraham Kiflom.

### 5. Fastställande av dagordning

Två nya punkter läggs under punkten övrigt, a) och b).

### 6. Föredragning av verksamhetsberättelse och kassaberättelse

Erik Hartman läser upp verksamhetsberättelsen i sin helhet. Johan Waldeborn Gamming går igenom kassaberättelsen.

### 7. Föredragning av revisionsberättelse

Erik Hartman läser upp revisionsberättelsen från klubbens revisor, Ninette, som inte kunde närvara på mötet. I berättelsen står det att klubbens verksamhet har skett i enlighet med de lagar och förordningar som klubben utövas under.

### 8. Fråga om ansvarsfrihet för styrelsen för den tid som revisionen avser.

Styrelsen får ansvarsfrihet för den tid som revisionen avser (enhälligt).

### 9. Förslag till stadgeändring

Att det ska finnas mer flexibilitet i styrelsen och att antalet ledamöter i styrelsen kan öka tas upp. De motioner som styrelsen lagt fram gällande stadgeändringar röstas om. Förslaget från styrelsen godkänns enhälligt.



## 10. Val av vakanta poster:

- a. **Ordförande** för en tid av **2 år**, Albin Nilsson tillsätts som ordförande, med förslag från valberedningen.
- b. **Sekreterare** för en tid av **2 år**: Love Berger tillsätts som sekreterare, med förslag från valberedningen.
- c. **1 ledamot** för en tid av **1 år** Leona Vikander tillsätts som ledamot, med förslag från valberedningen.
- d. **1 ledamot** för en tid av **1 år** Felicia Nilsson tillsätts som ledamot med enhälligt beslut av närvarande.

Alex Hertler yrkar på att vara ledamot för styrelsen, med en tid av 1 år. Alex förfrågan godkänns.

- e. **2 suppleanter** för en tid av **1 år**, Suzanne Janzi och Valdemar Alsin tillsätts som suppleanter för styrelsen, med enhälligt godkännande av närvarande.
- f. **Revisor** för en tid av **1 år** Ninette Hansson tillsätts som revisor för Lunds TK. Enhälligt godkännande av närvarande.
- g. **Revisorssuppleant** för en tid av **1 år** Kevin Hevele tillsätts som revisorsuppleant. Enhälligt godkännande av närvarande.
- h. **2 ledamöter till valberedningen** för en tid av **1 år vardera** Ordförande för valberedningen röstas enhälligt fram till Emma Danielsson. Simon Brandt godkänns enhälligt att vara ledamot i valberedningen.

## 11. Fastställande av årsavgift

Årsavgiften fastställs att vara densamma som 2023.

*En paus på ca 3 min gör uppehåll i mötet. Återupptagande: 17:56.*

## 12. Fastställande av eventuell verksamhetsplan och budget

Budgeten som styrelsen tagit fram presenteras, och de skillnader från tidigare budget belyses. Detta gäller främst ökad budget i tävlingsverksamhet samt utrustning. Det tas även upp att en coach skickas från klubben för klubbens tävlande under större tävlingar. Diskussionen bordläggs fram till punkt 14 a).

Utgifterna kring reparationer ökade under året med tanke på vandalisering som skett.

## 13. Behandling av i rätt tid inkomna motioner

### a. Vision och värdegrund som styrande dokument

Styrelsen har kommit fram med ett förslag på styrande dokument som innefattar en vision och värdegrund. Förslaget läses upp av Erik Hartman. Ändring i visionen gällande ordet "styrkelyft" tas upp. Ordet föreslås bytas ut.

**Urklipp ur visionen:** *Vi strävar efter att skapa en miljö där styrkelyft inte bara handlar om att lyfta tunga vikter, utan också om att lyfta varandra. Genom gemenskap och stöd arbetar vi för att skapa en positiv förändring i livet för våra medlemmar och samhället som helhet.*

### Förslag på ord och dess röster.

- Kraftsport: 3
- Styrketräning: 12
- Styrkelyft och Tyngdlyftning: 4



Ordet "styrkelyft" byts ut mot "styrketräning" med en övervägande majoritet av 12 röster under mötet.

Dokumentet gällande vision och värdegrund godkänns enhälligt av närvarande, givet den förändring som beskrivs ovan.

#### 14. Övriga frågor

##### a) Belastningsregister

Förslag: Årsmötet ålägger tävlingsansvariga att ta fram en formulering till tävlingspolicyn som säger att coach till större tävlingar som skickas av klubben, ska begära ut belastningsregister, och dessa ska granskas. Därefter en gång per år.

Förslaget godkänns enhälligt av närvarande.

##### b) Undersökning av tillgänglighet av lokal

Mötet ålägger att styrelsen undersöker tillgängligheten i lokalen, samt följa de riktlinjer som finns.

Förslaget godkänns enhälligt av närvarande.

#### 15. Mötets avslutande

Mötet avslutas 18:35.

#### Underskrifter

\_\_\_\_\_  
Justerare (Albin Nilsson)

\_\_\_\_\_  
Justerare (Valdemar Alsin)

\_\_\_\_\_  
Ordförande (Erik Hartman)

#### Bilagor

##### 1. Kallelse



---

## Årsmöte Lunds TK 2024

Lunds TK kallar samtliga medlemmar till årsmöte, den 3:e mars kl 17:00 i Lunds Fontänhus (Magle St kyrkogata 5, 223 50 Lund)\*

*\*Det kan förekomma ändring gällande datum, tid och plats för årsmötet. I sådant fall kommer ny information så fort som möjligt.*

Under mötet kommer vi att etablera en röstlängd där endast medlemmar som har betalat medlemsavgift samt gjort ett konto på vår webbplats kan skriva upp sig och därmed har rösträtt på mötet.

Motioner att avhandla på årsmötet ska vara styrelsen tillhanda senast två veckor innan årsmötet. Skicka eventuella motioner digitalt till [info@lundstk.se](mailto:info@lundstk.se) senast den 18:e februari. Samtliga motioner som inkommit i tid kommer att avhandlas på årsmötet.

Under mötet kommer följande roller väljas:

- Ordförande, 2 år
- Sekreterare, 2 år
- Ledamot, 1 år
- 2 suppleanter, 1 år vardera
- Revisor samt revisorsuppleant, 1 år vardera
- Ordförande samt ledamot i valberedningen, 1 år vardera

Om du har frågor gällande poster, kontakta Albin Nilsson (valberedning) eller styrelsen.

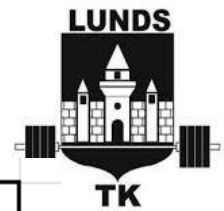
**Det kommer finnas kaffe och lättare tilltugg!**

Vi ses!

Lunds TKs styrelse

---

## 2. Budget



<b>Utgifter</b>	
Lokal	98000
Städ-lön	20000
Städmaterial	8000
Magnesium	5000
Admin	1500
Styrelse ersättning	19000
Underhåll	5000
Fortnox	7500
Inköp	45000
Tävling	65000
<b>Total</b>	<b>274000</b>

<b>Inkomster</b>			
<b>Meldlemmar</b>	Ungdom	Senior	
	140	20	100
	272400	32400	240000
T-shirts mm	3000		
<b>Total</b>	<b>275400</b>		

\* framlagd på styrelsemöte 2023-01-23



### 3. Nomineringar

#### a. Styrelse (valberedningens nomineringar)

Namn	Styrelseroll	Kommentar
Albin Nilsson	Ordförande	2 år
Simon Söderlund	Vice ordförande	Sittande, vald på 2 år
Love Berger	Sekreterare	2 år
Leona Vikander	Ledamot	1 år
Felicia Nilsson Faller	Ledamot	1 år
Johan Humle	Kassör	Sittande, vald på 2 år (1 år kvar)
Valdemar Alsin	Suppleant	1 år
Suzanne Janzi	Suppleant	1 år

#### b. Valberedning

Valberedningens ordförande: Emma Danielsson

Ledamot i valberedningen: Simon Brandt

#### c. Revisor

Revisor: Ninette Hansson (sittande)

Revisorsuppleant: -



#### 4. Verksamhetsberättelse

# Verksamhetsberättelse Lunds TK verksamhetsåret 2023

## Styrelse

Styrelsen har sedan det ordinarie årsmötet 2023 haft följande konstellation:

Ordförande	Erik Hartman
Vice Ordförande	Simon Söderlund
Kassör	Johan Humle Waldeborn Gaming
Sekreterare	Sebastian Acosta
Ledamot	Suzanne Janzi
Suppleant	Abraham Kiflom
Suppleant	Wilma Overgaard

## Övriga poster

**Revisor:** Ninette Hansson (revisor), Kevin Hevele (suppleant)

**Valberedningen:** Albin Nilsson (ordförande) och Stefan Jamroz (ledamot)

**Tävlingsansvariga:** Fram till årsskiftet 2023/2024 var Matilda Hjälle och Fredrik Ottenklev tävlingsansvariga. Både Matilda och Fredrik avsedde att avgå i årsskiftet, och 3 nya tävlingsansvariga tillsattes: Ebba Holk, Emil Jörgensen och Kevin Hevele. Fredrik och Matilda har varit med i överlämningsprocessen, och Fredrik kommer fortsätta vara ett stöd för de nya tävlingsansvariga.

## Medlemmar

Under kalenderåret 2023 hade Lunds TK 116 betalande medlemmar. Antalet betalande medlemmar har minskat med 29 st jämfört med förra året.

## Inre verksamhet

Under verksamhetsåret har styrelsen haft 8 styrelsemöten varav ett konstituerande möte i samband med årsmötet.



## Berättelse

Lunds TK har haft ett aktivt och händelserikt år. Årsmötet innebar ett stort utbyte av styrelseledamöter och strax efter årsmötet började därför en inskolningsperiod av de nya ledamöterna. Vi är glada att vi nu har fler medlemmar som är insatta i hur föreningen fungerar.

Efter att ha ansökt om pengar från svenska styrkelyftförbundet genomförde vi distrikts-gemensamma aktiviteter tillsammans med Malmö LK. Detta innebar 3 aktiviteter, där alla medlemmar i hela distriktet var bjudna. Aktiviteterna innefattade: gemensam träning och "prova-på" av utrustat styrkelyft hos Malmö LK. Gemensam resa till Eleikos högkvarter i Halmstad med efterföljande middag och bad. En föreläsning av Jacob Gudiol om styrketräning och träning på Lunds TK. I helhet var dessa aktiviteter uppskattade, även om deltagandet var något under det förväntade.

Vi höll också i elit-breddlägret i september, vilket var lyckat och uppskattat.

I oktober hade vi en föreningsdag tillsammans med RF-SISU där flera medlemmar närvarade. Under dagen pratade vi om föreningens framtid och vision, och etablerade även förslag till dessa dokument. Vi genomförde också en anonym enkätundersökning för att få en bättre förståelse kring hur medlemmar uppfattar föreningen, hur de trivs, och inom vilka områden vi behöver förbättras. Vi är glada att undersökningen resulterade i en väldigt positiv bild av föreningen. De flesta förbättringsområden gällde lokalen och dess utrustning.

I november tillämpade Lunds kommun sitt efterlängtade arbete med att införa taggar i alla idrottslokaler. Därmed blev vi av med vårt eget taggsystem, och tyvärr har kommunen inte fullföljt sin lovan att ge oss taggar innan årsskiftet. Detta orsakade fortsatt förstörelse i lokalen på kvällstid, och att flera medlemmar inte kommer in i lokalen när de vill träna.

I helhet har året varit bra för föreningen. Vi ser den främsta förbättringen i medlemmarnas engagemang vilket vi anser är extremt positivt och viktigt för klubbens fortsatta utveckling.

## Tävlingsverksamhet 2023

### Seriespel

Tävlingsåret 2023 började med att Lunds TK arrangerade serie 1, där totalt 55 lyftare deltog. Klubben lyckades på egen hand anordna tävlingen med funktionärer, dock med erbjudande från andra klubbar att ställa upp.

Då antalet lyftare har ökat markant i distriktet de senaste åren så har klubbarna delat upp ansvaret för serietävlingarna genom att fler än en klubb arrangerade tävling vissa serieomgångar. För serieomgång 2 så hölls både en tävling av MKSK samt en av TK Trossö. Serieomgång 3 delades i sin tur upp av MLK, HAK och TK Trossö.

Inför slutet av serien, så arrangerades DM, som också räknas in till serie 4, av TK Trossö. Lunds TK arrangerade även en extratävling under serieomgång 4. I denna tävling deltog 14 lyftare, och var möjlig tack vare ett fåtal individer i klubben. Antalet funktionärer var dock





färre än vad som hade behövts och vad som kan förväntas av en klubb där tävlande medlemmar ska ta ansvar och hjälpa till. Detta gjorde det till en stor utmaning för ansvariga. Detta speglar ett problem som varit närvarande de senaste åren, där kravet på funktionärshjälp inte har uppfyllts av samtliga aktiva lyftare. För att få bättre kontroll över detta, så har man börjat med en mer noggrann dokumentation av vilka som har hjälpt till på vilka tävlingar och städdagar. Detta kommer användas för att veta vilka som uppfyller funktionärskraven, där lyftare kan nekas licens om de inte upplevs som uppfyllda.

Efter de 4 serieomgångarna så avslutades året med en andra placering i elitserien klassisk styrkelyft herr och en fjärde plats, klassisk bänkpress dam, vilket ledde till lag-SM inbjudan. Efter en stark insats från båda lagen så slutade man med en fjärde plats för damerna och ett brons till herrarna.

### **Nationella och internationella tävlingar**

Under årets SM tävlingar så hade klubben lyftare som deltog i diverse kategorier i klassisk bänkpress och styrkelyft, veteran/senior/junior/ungdom. Med totalt 21 deltagare så blev det även 15 medaljer..

Det var även medlemmar på klubben som deltog i internationella tävlingar under året såsom NM, universitets EM samt EM i klassisk bänkpress.

### **Allmänt**

Under året löste klubben 40 licenser vilket kan jämföras med de 44 licenser som löstes förra året.

Inför 2024 så avgick Matilda Hjälle från sin post som tävlingsansvarig efter stort engagemang i klubbens tävlingsverksamhet. Tre nya tävlingsansvariga har tillkommit, Ebba Holk, Kevin Hevele och Emil Jörgensson. Fredrik Linell kommer att vara delaktig under första halvan av 2024, och har en succesiv överlämning av arbetet för att sedan avgå helt från posten.



## Tävlingsmeriter 2023

### Senior SM Klassisk Bänkpresa och Klassisk Styrkelyft

5 lyftare deltog och följande medaljer togs:

Bänkpresa:

- Andreas Nilsson, 83 Brons
- Matilda Hjälle, 84+ Guld, Bästa Lyftare
- Simon Söderlund, 93 Brons

Styrkelyft

- Matilda Hjälle, 84+ Brons

### Ungdom, Junior och Veteran SM i Klassisk och Utrustad Bänkpresa

5 lyftare deltog och följande medaljer togs:

Bänkpresa Klassisk:

- Alex Hertler, U 93 Silver
- Alex Thübeck, J 120 Guld
- Katarina Beremark, M2 84+ Guld

Bänkpresa Utrustad:

- Teodor Eriksson, 83 Guld

### Universitets EM

Klassisk styrkelyft:

- Erik Hartman, 93 Silver
- Simon Söderlund, 93, Brons

### Ungdom och Junior SM i Klassisk Styrkelyft

8 lyftare deltog och följande medaljer togs:

Ungdom:

- Tofan Serin Batak, 120+, Guld

Junior:

- Rasmus Sjödin, 66, Brons
- Alex Thübeck, 120, Brons
- Sigrid Niemi, 69, Silver
- Leona Vikander, 52, Brons

### EM klassisk bänkpresa

- Katarina Beremark, 84+, Silver

### Nordiska mästerskapen, junior

- Alex Thubeck, 120, silver

### Universitets VM

- Erik Hartman, 93, Brons
- Simon Söderlund, 93, 9e plats



## Veteran SM - klassisk styrkelyft

3 deltagare och följande medaljer togs:

- Tammy Jara, 76, Brons
- Katarina Beremark, 84+, Guld

/ Erik Hartman och Fredrik Ottenklev



## 5. Kassaberättelse

<b>Totalt för 2023</b>			
	<b>UT</b>	<b>IN</b>	<b>Summa</b>
<i>Medlemskonto</i>	0,00	291301,82	291301,82
<i>Lokal</i>	184004,46	6010,00	-177994,46
<i>Försäljning</i>	4146,00	6143,00	1997,00
<i>Övrigt</i>	12531,10	9872,50	-2658,60
<i>Tävling</i>	97324,35	92554,00	-4770,35
<i>Administration och förbrukning</i>	34942,83	0,00	-34942,83
<i>Overaller/Tröjor</i>	12290,00	10010,00	-2280,00
<i>Idrottslyftet</i>	13216,00	10316,00	-2900,00
<i>Minnesfond</i>	0,00	0,00	0,00
Ränta Sparkonto 1195 30 15034	0	5 038,87	5 038,87
<b>Summa kolumn:</b>	358454,74	431246,19	72791,45
<b>In minus ut</b>	72791,45		
<i>Totalt</i>		<b>72791,45</b>	
Sparkonto 1195 30 15034	259971,02		
Plusgirot	85943,13		
Handkassa	694,00		
Kvar från 2022	273816,70		
<b>Resultat</b>	<b>72791,45</b>		

År 2023 har varit ekonomiskt gynnsam för klubben och vi har gått plus med nästan 73000 kr under 2023.

### **Medlemskontot**

Medlemsintäkterna för 2023 ligger på 291301,82 kr vilket är 11278,59 kr mindre än föregående år, vilket motsvarar en minskning på 3,73% av intäkterna jämfört med det föregående året.



### **Lokal och inventarier**

Vår lokal och våra inventarier har 2023 kostat 23063.34 kr mer än år 2022, detta beror på att gymmet har krävt mer underhåll i jämförelse med år 2022. Noterbara utgifter gällande inventarier inkluderar våra nya Eleiko tävlingsvikter, reparation av våg och reparation av flera av våra gymmaskiner. Hyran för lokalen har kostat 96570 kr i år vilket är ungefär samma summa som för föregående år som kostade 98501 kr

### **Tävlingsverksamhet**

Tävlingsverksamheten har varit större än föregående år. År 2022 hade vi 38600 kr in på tävlingskontot och 61304 kr ut från kontot. År 2023 har det skett en markant ökning till 92554 kr in och 97324,35kr ut från tävlingskontot. Detta tyder på en kraftig ökning av antalet tävlande och tävlingar som lyftare har deltagit på. Tävlingskontot har gått minus med 4770,35 kr vilket är förväntat men är lägre än föregående år.

### **Övrigt**

Den största händelsen under "Övrigt" var Jacob Gudiols föreläsning. Kostnaderna för föreläsningen återbetalades av Svenska Styrkelyftsförbundet. Utöver detta har kategorin "Övrigt" inte sett några större händelser. Under "Övrigt" har vi gått minus med 2658,60 kr under 2023.

### **Försäljning**

År 2023 introducerades något nytt; försäljning av kosttillskott och energidryck. Samarbetet med 5VE MORE och Café Vrå har underlättat och möjliggjort försäljning av Nocco, kreatin och bars. Trots stölden av Noccon under sommaren har vi fortfarande tjänat 1997 kr på försäljning under 2023.

### **Sammanlagt**

År 2023 har varit ett ekonomiskt gynnsamt år för klubben med mycket nytt och en större emfas på tävlingsverksamheten och lokalen. Vi kan med gott samvete konstatera att klubben har återhämtat sig ekonomiskt från pandemin.

Johan Humle Waldeborn Gamming, Kassör

