



Horsens Styrkeløft Klub

Referat fra generalforsamling mandag d. 28.3.2022

Generalforsamlingen blev afholdt i klubbens lokale i Kampsportscenteret på Langmarksvej 53, 8700 Horsens med mødestart klokken 19.00.

Dagsorden ifølge vedtægterne:

1. Valg af dirigent og referent

Joakim Dam Hansen blev valgt som dirigent.

Eva Buxbom blev valgt som referent.

2. Bestyrelsesberetning

Sportslige resultater

Coronaen havde stadig sat begrænsninger for konkurrencer med aflysninger og udsættelser, men vi fik da endelig lov til at konkurrere igen. Det blev et år, der krævede ekstra tålmodighed og planlægning fra arrangørernes side i en til tider presset kalenderår, hvor mange konkurrencer skulle afholde på kort tid. 2021 blev et år, hvor HSK stod som arrangør for 2 DMer og alle divisionsturneringerne, hvor vi også havde løftere med. HSK havde både garvede løftere og helt nye løftere i aktion, der viste, at HSK hiver medaljer og titler hjem både individuelt og som hold. Igen i år stillede vi med dommere til flere konkurrencer.

2. runde af Divisionsturneringen vest afholdt 18.juni 2021 i Horsens

1.runde af Divisionsturnering vest, der skulle afholdes marts 2021 i Horsens, blev aflyst på grund af coronaen. 2. runde blev derfor den første divisionsturnering i 2021. Denne konkurrence skulle afholdes i helt nye lokaler og blev samtidig en test på DM, som HSK stod for at skulle afholde blot 14 dage senere. Ud over at være arrangør, havde HSK to hold med et klassisk og et styrkeløfthold. Senior styrkeløftholdet vandt runden med 75,58 point foran AK Jyden med 71,54 point og AK Nordland på tredjepladsen med 54,20 point. Holdet bestod af Eva Buxbom, der løftede 160 kg i squat, Martin Tryk i bænkpres der løftede 230 kg og Christoffer



Horsens Styrkeløft Klub

Jensen, der løftede 250 kg i dødløft. Det klassiske seniorhold løftede sig til en 4. plads med 68,99 point. Holdet bestod af Joakim D. Hansen, der løftede 160 kg i squat, Annette Pedersen, der løftede 100 kg i bænkpres og Nicholaj Litchfield, der løftede 230 kg i dødløft.

DM i styrkeløft 3.- 4. juli 2021 afholdt i Horsens

Så skulle HSK, i de nye lokaler i Kampsportscenteret, stå deres prøve som arrangører for DM styrkeløft. Det havde vist sig, at det var en kæmpe fordel, at vi havde samlet erfaringer ved den tidligere afholdte divisionsturnering. De sidste detaljer kom på plads og vi blev rost af både deltagere, dommere og forbund for et flot og velfungerende DM. Vi stillede igen med løftere fra HSK, der hev titler og medaljer hjem til klubben.

Eva Buxbom stillede op i 57 kg klassen i senior kategorien og løftede 167,5 kg – 92,5 kg – 180 kg total 440 kg, hvilket gav guld samt indfrie kravet til VM open.

Marie Louise Kalmejer stillede op i 76 kg klassen i Sub-Junior kategorien og løftede 195 kg - 65 kg – 170 kg total 430 kg, hvilket gav guld og var danske rekorder i squat, bænkpres, dødløft og totalen.

Tanja Rasmussen stillede op i 63 kg i Master1 kategorien og løftede 120 kg – 75 kg- 140 kg total 335 kg, hvilket gav guld.

Jane Aaberg stillede op i 76 kg i Master1 kategorien og løftede 165 kg- 90 kg- 185kg total 440 kg, hvilket gav guld.

Danni Iversen stillede op i 93 kg klassen i senior kategorien og løftede 260 kg - 170 kg - 245 kg total 675 kg, hvilket gav sølv.

Martin Tryk stillede op i 120 kg klassen i senior kategorien og løftede 310 kg - 250 kg – 255 kg total 815 kg, hvilket gav guld.

Christoffer Jensen stillede op i +120 kg klassen i senior kategorien og løftede 285 kg – 180 kg – 250 kg total 715 kg, hvilket gav guld.

Jørgen Rasmussen stillede op i 105 kg klassen i M1 kategorien og løftede 230 kg – 170kg – 200 kg total 600 kg, hvilket gav guld.



Horsens Styrkeløft Klub

EM Open Styrkeløft 3. – 8. august 2021 Pilsen, Tjekkiet

Atter engang lagde Pilsen velfungerende og gode rammer for EM open i styrkeløft.

Eva Buxbom deltog i 57 kg klassen i open kategorien og løftede 172,5 kg- 90 kg- 180 kg total 442,5 kg. Det gav en 5. plads i totalen og en guldmedalje i dødløft.

JM i klassisk styrkeløft 21.august 2021 i Videbæk

Her stillede Nicholaj Litchfield op i 120 kg klassen i senior kategorien og løftede 202,5 kg – 140 kg – 242,5 kg total 585 kg, hvilket gav bronze.

VM styrkeløft master 23.–28. august 2021 Oradea. Rumænien

Her stillede Eva Buxbom stillede op i 57 kg klassen i M2 kategorien og løftede 174 kg – 95 kg – 175 kg total 444 kg, hvilket gav guld i totalen og alle disciplinerne samt en verdensrekord i squat og en verdensrekord i totalen.

Jørgen Rasmussen stillede op i 120 kg klassen i M1 kategorien og løftede 240 kg – 180 kg – 205 kg total 625 kg. Det blev til en 4. plads og en bronzemedalje i bænkpres.

DM klassisk styrkeløft 3.-5. september 2021 København, KSK og Ares

Her stillede Annette Pedersen op i 76 kg klassen i senior kategorien og løftede 130 kg – 102,5 kg – 192,5 kg total 425 kg, hvilket gav bronze.

Anna Sofie Rye stillede op i +84 kg klassen i senior kategorien og løftede 175 kg – 87,5 kg – 180 kg total 442,5 kg, hvilke gav guld.

Eva Buxbom stillede op i 57 kg klassen i M2 kategorien og løftede 105 kg – 71 kg - 150,5 kg total 326,5 kg, hvilket gav guld og var danske M2 rekorder.

DM klassisk bænkpres d. 25. september 2021 i Videbæk



Horsens Styrkeløft Klub

Annette Pedersen stillede op i 76 kg klassen i senior kategorien og løftede 100 kg, hvilket gav guld.

Tobias Sørensen stillede op i 74 kg klassen i sub-junior kategorien og løftede 85 kg, hvilket gav sølv.

3. runde af divisionsturneringen, vest d. 23. oktober 2021 i Horsens

Igen stod HSK som arrangører og havde to hold med et styrkeløft hold og et klassisk.

Styrkeløftholdet vandt. Eva Buxbom squattede 165 kg, Jørgen Rasmussen bænkpressede 170 kg og Jane Aarberg dødløftede 200 kg, hvilket gav 80,65 point. På andenpladsen kom AK Jyden 52,36 point og på tredjepladsen kom AK Nordland med 38,70 point.

HSKs klassiske hold blev nummer 6 med Joakim D. Hansen som løftede 160 kg i squat, Morten O. Nielsen, der løftede 112,5 i bænkpres og Christoffer Jensen, der løftede 277,5 kg i dødløft, hvilket gav 29.06 point.

VM open Styrkeløft d.8.-13.november 2021 Stavanger, Norge

Eva Buxbom stillede op i 57 kg klassen og løftede 165 kg – 90 kg – 175kg total 430 kg, hvilket gav en 10. plads.

TSK Cup, styrkeløft d.19.november 2021, Tårnby

Her stillede Christoffer Jensen op i +120 kg klassen i senior kategorien og løftede en masse personlige rekorder 320 kg – 215 kg – 265 kg total 800 kg, hvilket gav guld.

Finale divisionsturnering d.4.december 2021, Horsens

HSKs styrkeløfthold havde kvalificeret sig til finalen, hvor Eva Buxbom løftede 167,5 kg i squat, Martin Tryk løftede 255 kg i bænkpres og Jane Aarberg løftede 210 kg i dødløft, hvilket gav 88,53 point. Dette udløste guld. Sølv gik til AK Jyden med 66 point og bronze gik til Tårnby med 31,45 point.



Horsens Styrkeløft Klub

DM bænkpres d. 4. december 2021, Horsens

Blot få timer efter finale i divisionsturneringen var blevet afviklet, blev DM i bænkpres afviklet. HSK havde i sidste øjeblik sagt ja til at afholde DM i bænkpres, da den oprindelige arrangørs hjælpere var blevet ramt af Corona.

Eva Buxbom stillede op i 57 kg klassen i senior kategorien og løftede 90 kg, hvilket gav sølv.

Martin Tryk stillede op i 120 kg klassen i senior kategorien og løftede 262,5 kg, hvilket gav guld og pokalen som 2. bedste løfter på tværs af vægtklasser.

Tobias Sørensen stillede op i 74 kg klassen i sub- junior kategorien og løftede 115 kg, hvilket gav guld.

Jørgen stillede op i 105 kg klassen i M1 kategorien og løftede 170 kg, hvilket gav guld.

Covid 19

Coronaen er desværre et punkt i bestyrelsesberetning. HSK har været lukket ned og først i foråret fik medlemmerne lov til at komme tilbage til klubben. Derudover var flere konkurrencer aflyst eller flyttet. Trods covid 19 afholdt HSK to DM'er og to divisionsrunder samt finalen. Det har krævet meget fra vores medlemmer, og vi havde aldrig kunne afholde så mange konkurrencer på så højt niveau uden dygtige og hjælpsomme medlemmer. Derfor en kæmpe tak fra bestyrelsen til de medlemmer der har hjulpet til ved afholdelse af stævner samt ved at stille op som løfter. Vi har et rigtigt godt ry i Danmark, og det kan vi takke vores medlemmer for.

I foråret kom vi godt i gang igen, og sommeren gav os endelig lov til at være sammen og træne sammen. Dog er covid 19 ikke et overstået kapitel. I skrivende stund er smittetallene stigende, og der kan muligvis komme endnu en nedlukning. Det vil være rigtigt trist, men bestyrelsen er sikker på, at vi som klub også kan klare den udfordring. Vi takker for den store tålmodighed medlemmerne har udvist og regner med den også i 2022.

Mange klubber og foreninger har haft det svært på grund af coronaen, bestyrelsen kan med stolthed sige, at vi på nuværende tidspunkt har 102 medlemmer, og der løbende kommer henvendelser fra personer, som gerne vil prøve styrkeløft i HSK.



Horsens Styrkeløft Klub

Derudover lægger vi lokaler til landsholdssamlingerne og har et tæt samarbejde med forbundet. Det gør, at vi står stærkt og er kommet stærkt tilbage efter covid 19, hvor vores medlemstal var halveret og klubben lukket ned. Vi har fået flere nye medlemmer der vil styrkeløft og klubben, hvilket kan mærkes på træningen i klubben. Dejligt at de nye medlemmer har taget klubben og sporten til sig.

Vores plads i Kampsportscenteret

I 2021 fik vi endelig skabt den klubånd, vi under mange flytninger havde savnet. Pokaler er kommet op, sofaerne har fået deres retmæssige plads og vi har fået komprimeret vores maskiner og vægte til sideøvelser ind i styrkeløftlokalet. Derudover har vi fået flyttet stativerne rundt, så lokalet er optimalt indrettet. Det har betydet, at vi er kommet tættere på hinanden i bogstaveligste forstand. Flere medlemmer har givet udtryk for, at vi er kommet til at lære hinanden bedre at kende og blevet bedre til at bruge hinanden i træningen.

Kampsportscenteret skaber nogle ideelle rammer med gode omklædningsforhold, sauna, lokaler vi kan låne i forhold til afholdelse af konkurrencer og lånelokaler i forhold til afholdelse af møder og foredrag. At være placeret i Kampsportscenteret betyder, at vi er mere underlagt kommunen og skal samarbejde på et langt højere plan, hvilket har stillet nye krav til tilpasning, retningslinjer og samarbejdsaftaler. Det kræver selvfølgelig stadig, at bestyrelsen i HSK samarbejder med direktøren i Forum Horsens og fritidskonsulenten. Dette samarbejde har til tider været krævende men fungere godt og er med til at manifestere styrkeløft og HSK' plads i Kampsportscenteret. Med god vilje fra alle sider og undersøgelse af forhold og vidensdeling har samarbejds møderne lagt grunden til at direktøren og fritidskonsulenten nu ved mere om styrkeløft vores plateauer, klubånd og træningsforhold. Ligeledes har bestyrelsen i HSK lært mere om kommunal ledelse, bookingsystemer, respekt og samarbejde med de andre klubber i Kampsportscenteret og Forum Horsens' rummelighed.

De mange konkurrencer, der er blevet afholdt i 2021 har gjort, at vi har opgraderet vores konkurrenceudstyr og proceduren for opstilling af konkurrencer. Det har betydet, at det er fysisk set lettere og går hurtigere at opstille en konkurrence. I HSK sætter vi en ære i at afholde mindst en konkurrence for forbundet årligt. Derfor kan vi med god samvittighed sende HSK løftere af sted til



Horsens Styrkeløft Klub

konkurrencer afholdt af andre klubber og vide, at vi har taget vores tørn. Derudover er vi med til at støtte op om den sport, vi alle elsker. Endelig har de mange konkurrencer været med til at understøtte den sunde økonomi, vi har i HSK.

I 2022 har vi kun har sagt ja til afholdelse af en konkurrence, nemlig DM i bænkpres 26-27 november. Vi har trukket hårdt på vores medlemmer med afholdelse af fem konkurrencer, ombygning af styrkeløftlokalet, oprydning af depot og nedlukning grundet covid 19. Derfor vil vi give vores medlemmer luft og ro til et mere roligt år. Endnu en gang tak til alle de hårdtarbejdende medlemmer, der har slidt i det for at få det hele til at lykkes.

Værdigrundlag

I 2020 udtrykte vores medlemmer klart, at de vil være en selvstændig klub, der ikke er underlagt en hovedafdeling. De ville have en bestyrelse, der nedskriver gennemsigtige beslutninger og arbejder for at underbygge medlemmernes ønsker. Medlemmerne ønskede en bestyrelse, der arbejder for udbredelse af styrkeløft og vægttræning, som er klubbens formål.

2021 er et år, hvor vi på mange måder har vist, at vi som klub har været med til at fastholde styrkeløft som en seriøs sport både i Horsens og i Danmark ved at have en åben klub og inkluderende klub og stille op for forbundet. 2021 har været et år, hvor bestyrelsen har brugt kræfterne på at styrke HSK, dens identitet og værdier samt sikre, at medlemmerne har de bedste forhold for at træne og opleve en stærk klubånd.

Vores medlemmer har en god brede. Vi har både medlemmer der har prioriteret vægttræning højt og medlemmer der træner styrkeløft på konkurrenceplan og på klubplan. Det er dejligt at se, at vores formål også fungerer i det virkelige liv, og det er med til at klubbens faciliteter bliver brugt fuldt ud. Det er klubånden, imødekommenheden og hjælpsomheden, der er med til at binde medlemmerne sammen. Det er det, der skaber det værdigrundlag, der gør os til en helt unik klub og gør, at vi får lyst til at træne i HSK. Der opfordres til at alle medlemmerne bliver ved med at værne om værdierne, så alle føler sig set, velkommen og bliver hjulpet i træningen i det omfang, de ønsker det. En stor tak til medlemmerne for at være klubånden, en klubånd der gør, at mange føler, at vi er lidt som en familie. "En del af et fællesskab"



Horsens Styrkeløft Klub

Fremtiden

Fremtiden kan igen blive præget af covid 19, og det er bestyrelsen klar til at forholde sig til. Men vi håber, at vi kan forsætte med at træne sammen og udvikle os sammen.

Det store registreringsarbejde som vi udarbejdede tidligere i år, har gjort vores arbejde lettere, og vi har nu langt nemmere ved at registrere nye medlemmer samt have et godt overblik. Vores årsplanlægning har gjort, at opgaverne mere overskuelige og lettere at gå til. Dette vil også i fremtiden gøre det muligt at inddrage nye medlemmer, der ønsker at tage en tørn for bestyrelsen.

Vi købte 12 sæt låneudstyr, som nu er blevet uddelt til nye medlemmer, der er i gang med at forberede sig til konkurrencer i 2022. Vi glæder os til at se flere medlemmer både nye og garvede i konkurrence i det nye år.

Vi købte klubdragter til vores medlemmer, og de har været brugt flittigt til konkurrencer. Vores medlemmer står flot og repræsenterer klubben bedst muligt. De er blevet brugt så flittigt at der skal bestille flere i det nye år. Vi glæder os til at se flere medlemmer i klubdragter til konkurrencer i 2022.

Horsens Styrkeløft Klub har søgt og fået godkendt DIF og DGI's foreningspulje om 30.000 til indkøb af specialudstyr som kan hjælpe foreningens medlemmer med rygproblemer, til at fastholde og udbygge muskelmassen i lår og baglår samt baldemuskulatur. Ved investering i denne beltsquat bliver ryg og lænd aflastet, da belastningen lægges på hoften via bæltet i stedet for på nakken. Vi ser store muligheder for vores mere end 100 medlemmer kan få glæde af maskinen, som også for vores medlemmer uden fysiske problemer kan udvikle potentiale.

Nye klubmedlemmer er kommet til og har vist, at de er klar til at være med til at hjælpe til, når der afholdes konkurrencer og hjælpe andre medlemmer under træning. Det kan mærkes, og det bliver der lagt mærke til. Det er med til at HSK forsat udvikler sig og er i vækst. 2022 bliver helt sikker et fantastisk år med masser af god træning, fællesskab og flotte præstationer både ved konkurrencer og i klubben.

Bestyrelsens beretning blev enstemmigt godkendt af generalforsamlingen



Horsens Styrkeløft Klub

3. Godkendelse af regnskab og budget

Resultatopgørelse for perioden 1/1 - 31/12 2021

	2021	2020
<u>Note:</u> <u>Indtægter:</u>		
Kontingenter	49.900,82	66.571,33
Tilskud Horsens Kommune.....	17.556,60	17.730,98
Tilskud Coronahjælpepulje	24.653,00	0,00
Tilskud Foreningspuljen	25.000,00	0,00
1 Sponsorater, Fonde m.v.....	0,00	12.469,60
Indbetalt Michael Hermann.....	0,00	12.500,00
JM-DM - Diverse Turneringer	67.783,25	31.133,00
Indtægter i alt	184.893,67	140.404,91
<u>Udgifter:</u>		
Udbetalt godtgørelse vedrørende 2019.....	0,00	- 11.550,00
Udgifter forbrug VM konto	0,00	- 22.068,82
Udbetalt godtgørelse	0,00	- 28.385,00
Kørselsgodtgørelse.....	0,00	- 8.011,00
Møder.....	0,00	- 1.292,00
Udgifter vedrørende 2019	0,00	- 1584,65
Æresplatte.....	569,00	- 0,00
Bespising	6.391,25	- 12.937,00
Rengøring.....	59,70	- 3.659,10
Vedligeholdelse lokaler	5.034,03	- 59.043,62
Vedligeholdelse udstyr	0,00	- 21.990,93
Mindre nyanskaffelser	112.181,44	- 50.218,20
Køb af klubdragter samt t-shirts	33.931,90	- 0,00
Reklame	0,00	- 1.207,00
Telefon	0,00	- 1.611,00
IT udgifter	999,00	- 1.197,79
Kontorholdsudgifter	1.222,00	- 181,25
Forsikringer.....	5.004,65	- 4.822,76
Kontingenter/licenser	2.860,00	- 2.500,00
Tilmeldingsgebyrer/mesterskaber.....	3.600,00	- 2.400,00
Pokaler m.v.	0,00	- 0,00
Gebyrer	670,91	- 1.001,00
Revision	6.250,00	- 10.000,00
Diverse udgifter.....	0,00	- 0,00
Udgifter i alt	178.773,88	- 245.661,12
Resultat før renter	6.119,79	- 105.256,21
<u>Renteudgifter:</u>		
Kreditorer	0,00	0,00
	0,00	0,00
Årets resultat.....	6.119,79	- 105.256,21



Horsens Styrkeløft Klub

Bestyrelsens regnskabspåtegning

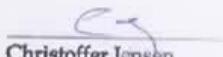
Bestyrelsen aflægger hermed årsrapport for 2021 for Horsens Styrkeløft Klub.

- Årsrapporten er aflagt i overensstemmelse med årsregnskabsloven og foreningens vedtægter.
- Den valgte regnskabspraksis er hensigtsmæssig, således at årsregnskabet giver et retvisende billede af foreningens aktiver og passiver, finansielle stilling samt resultatet.

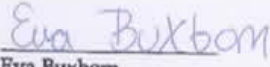
Vi indstiller årsrapporten til generalforsamlingens godkendelse.


Odder, den 15/3 2022


Kasserer

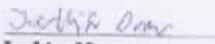

Christoffer Jensen

Bestyrelsen


Eva Buxbom
Formand


Jørgen Rasmussen
Næstformand


Christoffer Jensen
Kasserer


Joakim Hansen
Intern revisor



Horsens Styrkeløft Klub

Den uafhængige revisors påtegning

Til den daglige ledelse i Horsens Styrkeløft Klub

Vi har opstillet årsregnskabet for Horsens Styrkeløft Klub for regnskabsåret 1. januar - 31. december 2021 på grundlag af selskabets bogføring og øvrige oplysninger, som De har tilvejebragt.

Årsregnskabet omfatter anvendt regnskabspraksis, resultatopgørelse, balance og noter.

Vi har udført opgaven i overensstemmelse med ISRS 4410, Opgaver om opstilling af finansielle oplysninger.

Vi har anvendt vores faglige ekspertise til at assistere Dem med at udarbejde og præsentere årsregnskabet i overensstemmelse med årsregnskabsloven. Vi har overholdt relevante bestemmelser i revisorloven og FSR - danske revisors Ethiske regler for revisorer, herunder principper vedrørende integritet, objektivitet, faglig kompetence og fornøden omhu.

Årsregnskabet samt nøjagtigheden og fuldstændigheden af de oplysninger, der er anvendt til opstillingen af årsregnskabet, er Deres ansvar.

Da en opgave om opstilling af finansielle oplysninger ikke er en erklæringsopgave med sikkerhed, er vi ikke forpligtet til at verificere nøjagtigheden eller fuldstændigheden af de oplysninger, De har givet os til brug for at opstille årsregnskabet. Vi udtrykker derfor ingen revisions- eller reviewkonklusion om, hvorvidt årsregnskabet er udarbejdet i overensstemmelse med årsregnskabsloven.

Odder, den 15/3 2022

A4 Revision ApS
Registreret revisionsanpartsselskab
CVR-nr. 29 20 50 43
MNE Nummer: MNE 6204


Leif Møller
Registreret revisor
FSR Danske Revisorer

Regnskabet blev gennemgået og godkendt enstemmigt af generalforsamlingen



Horsens Styrkeløft Klub

Budget 2022

Indtægter	2022
kontingent	70.000
Aktiviteets tilskud.	7.500
Sponsorat	10.000
Foreningspuljen	30.000
Salg af klub T-shirts/Klub dragt.	0
Landholdssamlinger	7.500
Stævneindtægter	18.000
Øvrige indtægter	5.000
SUBTOTAL	148.000

Udgifter	2022
Stævner i HSK	18.000
Licenser / Årsafgifter DSF/division	5.000
Vedligeholdelse	10.000
Køb af nye racks/skriver	30.000
Køb af nyt udstyr	30.000
køb af klub t-shirts/Klub dragt.	10.000
Stævnegebyr for Medlemmer	10.000
Klub Fest	10.000
Julestævne	5.000
Kontorhold	5.000
Revisor	5.000
Rengøring	5.000
Øvrige udgifter	5.000
SUBTOTAL	148.000

Budgettet for 2022 blev gennemgået og enstemmigt godkendt af generalforsamlingen



Horsens Styrkeløft Klub

4. Godkendelse af kontingent

Bestyrelsens forslag om at fastholde det nuværende kontingent blev enstemmigt godkendt.

5. Behandling af indkommende forslag

Der var ingen indkommende forslag.

6. Valg af bestyrelsesmedlemmer

Formand Eva Buxbom blev genvalgt.

Kasserer Christoffer Jensen ønskede at fratræde som kasserer. Jf. vedtægterne er denne post først på valg i 2023. Kassererposten er således kun på valg for et år. Merete Valbak blev valgt som kasserer for et år.

Martin Urban Tryk blev valgt til suppleant til bestyrelsen.

7. Valg af en intern revisor for et år

Joakim Dam Hansen blev genvalgt til intern revisor.

8. Eventuelt

Lyset i loftet skær i øjnene, når man bænkpresse. Henrik vil sætte film op, så lyset bliver blødere. Efter afstemning var der enighed om en let tonet farve i rød.

Vi er blevet venskabsklub med Haderslev HASK og vil i fremtiden arrangere fællestræninger samt hjælpe hinanden efter behov.

Tobi tilbød at hjælpe klubben med de sociale medier og vil have fokus på at lægge indslag op på Instagram.

Bestyrelsen opfordrede medlemmerne om at komme med forslag og ideer, der kan gavne klubben.



Horsens Styrkeløft Klub

Der blev snakket om fordelene ved at en person tog billeder og filmede til de stævner, hvor HSK havde løftere med. Det kunne være forskellige personer fra gang til gang.

Vi har en god tilgang af medlemmer, da mund til mund metoden fungerer rigtig godt.

Joakim Dam

Dirigent Joakim Dam Hansen

Eva Buxbom

Referent Eva Buxbom

Eva Buxbom

Formand Eva Buxbom

Jørgen Rasmussen

Næstformand Jørgen Rasmussen

Merete Valbak

Kasserer Merete Valbak