

Fundur stjórnar KRAFT með formönnum félaga var haldinn 19. september 2015 í A-sal í húsi ÍSÍ að Engjavegi og hófst kl. 15.00.

Mætt:

Frá stjórn: Sigurjón Pétursson, Gry Ek, Kári Rafn Karlsson, Sturla Ólafsson og Ása Ólafsdóttir.

Frá félögum: Ingimundur Björgvinsson (Gróttu), Róbert Kjarran (Breiðablik), Alexander Ingi Olsen (Stjarnan), Guðmundur Már Þorvarðarson (LFH), Þorbergur Guðmundsson (KDH), Grétar Skúli Gunnarsson (KFA) og Aðalsteinn Guðmundsson (KDK).

Sigurjón setti fundinn og bauð fundarmenn velkomna. Hann stakk upp á sjálfum sér sem fundarstjóra og Gry sem fundarritara og var það samþykkt.

Sigurjón kynnti dagskrána, en hún hafði verið send út með fundarboði.

Þetta gerðist:

### 1. Nýjar reglugerðir

Gry fór yfir aðalatriði í nýsamþykktum reglugerðum KRAFT og svaraði spurningum.

Nokkrar ábendingar komu fram og verða ræddar í stjórn.

- a. hvað gerist ef mót færast með skömmum fyrirvara frá einum mótshaldara til annars
- b. skýra þarf reglur um framkvæmd
- c. huganlega setja inn sektarákvæðum o.a.
- d. nauðsynlegt er að hafa kviðdóm á mótum á mótaskrá og var því beint til stjórnar að vinna í því.
- e. Fundurinn beinir til stjórnar að skoða hvort breyta eigi reglum um metaskráningu svo það nægi að jafna lágmarksviðmiði, ekki fara 0,5 kg yfir.

### 2. Mótanefnd og mótaskrá

Ása tók til máls f.h. mótanefndar. Hún upplýsti að Júlían verði áfram formaður nefndarinnar og að verið er að vinna í mótaskrá næsta árs. Ekki er enn búið að tímasetja ÍM í bekkpressu.

Mótaskrá þarf að liggja fyrir 1. október.

Beint var til mótanefndar að dagsetja meistaramótin fyrir 2017 og 2018 líka.

### 3. RIG

Gry tók til máls og sagði frá undirbúningi RIG 2016 sem verður klassískt þríþrautar boðsmót.

Óskaði Gry eftir hjálp til að manna störf fjölmiðlafulltrúa, afþreyingarfulltrúa og stangarmanna.

Einnig skýrði Gry frá komu Dr. Michail Tonkonogi á ráðstefnu RIG. Hann kemur á vegum KRAFT til að halda fyrirlestur um styrktarþjálfun barna.

Fundurinn þakkaði Gry fyrir frumkvæði í þessu máli með lófataki.

### 4. Fræðslunefnd.

Gry skýrði frá þeim verkefnum sem fræðslunefnd hefur sett á dagskrá fyrir næsta ár:

- a. Dómarapróf verður haldið í vor. Óskað er eftir að félag bjóðist til að setja upp byrjendamót að því tilefni.
- b. Unninn verður fræðslu/áróðurspakki um mataræði sem styður styrktaraukningu og almennt heilbrigði. Jafnframt verður frætt um notkun fæðubótaefna og áhættur tengt notkun á þeim. Ingimundur Björgvinsson bauð sig fram í að taka þátt í þessari vinnu.

- c. Þjálfaranám verður endurskoðað og metið út frá reynslu og stefnt að því að bjóða upp á þjálfaranámskeið 2016.
- d. Byrjað verður að þróa efni vegna styrktarþjálfun barna. Ingimundur Björgvinsson og Grétar Skúli Gunnarsson lýstu áhuga á að taka þátt í þeirri vinnu.
- e. Stangarmannanamskeið. Boðið verður upp á námskeið/þjálfun fyrir stangarmenn í október ef áhugi reynist meðal félaga. Sturla bauð fram aðstöðu Massa undir slíkar “æfingarbúðir”. Hugmyndin er að þjálfar stangarmenn sérstaklega og birta síðan lista yfir stangarmenn eins og í dag er gert með dómara. Fundarmenn tóku vel í þess hugmynd.

## 5. Afreksstefna

Sigurjón kynnti drög stjórnar að afreksstefnu 2016 – 2020. Hann lýsti ferlinu og lagði áherslu á hversu vel afreksstefnan 2012 – 2015 hafði nýst sambandinu. Hann fór yfir drögin og benti á nýjungar. Stjórnin vill skerpa áherslu á nýliðun og starf fyrir byrjendur og ungmenni og kemur það fram í stefnunni. Þjálfararáð verður sett á laggirnar sem samstarfsvettvangur þjálfara (þjálfararáð) til að liðsinna landsliðsnefnd og gefa ráð. Starfsreglur ráðsins verða settar og það skipað á næsta starfsári. Fundurinn studdi það sjónarmið að raða afrekfólki í flokka og nota wilksstig til þess. Nokkur umræða um hversu hár sá standard ætti að vera. Umræða var um hvernig ætti að setja árangursmarkmið, hvort það eigi að stefna að tilteknum fjölda verðlauna á tilteknum mótum eða stefna að fjölgun keppenda í liði. Bent var á að þessi markmið geta farið saman.

## 6. Kraftlyftingaþing 2016

Sigurjón óskaði eftir heimild fundarins til að fresta kraftlyftingaþing 2016 og halda það fyrir lok mars. Fundurinn samþykkti það.

## 7. Önnur mál

- a. Hækkun mótsgjalds  
Sturla kynnti hugmynd um að hækka keppnisgjald um 1000 krónur og eyrnamerkja landsliðsverkefnum. Fundurinn beinir til stjórnar að vinna tillögu og leggja fyrir kraftlyftingaþing.
- b. Inntaka í félög og æfingaraðstaða. Stjórnin hvatti formenn til að móta reglur í sínum félögum um skráningu félagsmanna og hvaða skilyrði þarf að uppfylla til að félagar verða valdir í keppnislið. Bent á ýmis dæmi, t.d. að skylda féлага til að nota æfingaraðstöðu viðkomandi félags, undirrita samning t.d. um að nota ekki ólögleg efni o.a. Bent á nauðsyn þess að lyfjaeftirlitið hafi óskoraðan aðgang að æfingaraðstöðu félagsmanna. Ræddir hvaða möguleikar sambandið hefur til að sekta eða refsfa félögum sem hafa teflt fram keppendur sem falla á lyfjaprófi. Beint til stjórnar að vinna áfram með þá hugmynd.
- c. Upplýst að KDH á Patreksfirði hefur óskað eftir að halda ÍM í réttstöðulyftu 2016. Það verður fyrsta mót félagsins og fögnuðu fundarmenn þessum fréttum.

Fleira ekki tekið fyrir.

Fundi slitið kl 17.10

Fundarritari Gry Ek