

44. Lyftingaping LSÍ

17.mars 2018



Dagskrá þingsins

- 1) Þingsetning.
- 2) Kosin kjörbréfanefnd 3ja manna.
- 3) Kosning fyrsta og annars þingforseta og tveggja þingritara.
- 4) Kosnar nefndir þingsins:
 - a) Fjárhagsnefnd.
 - b) Laga- og leikreglnanefnd
 - c) Allsherjarnefnd.
 - d) Kjörnefnd.
 - Nefndir þessar eru skipaðar 3 mönnum hver



5) Fráfarandi stjórn gefur skýrslu sína

Formaður: Ásgeir Bjarnason

Varaformaður: Ingi Gunnar Ólafsson

Gjaldkeri: Katrín Erla Bergsveinsdóttir

Ritari: Stefán Ragnar Jónsson

Meðstjórnandi: Erna Kristinsdóttir

Varastjórn:

Grétar Skúli Gunnarsson,

Jakobína Jónsdóttir,

María Rún Þorsteinsdóttir,

Rúnar Kristamannsson

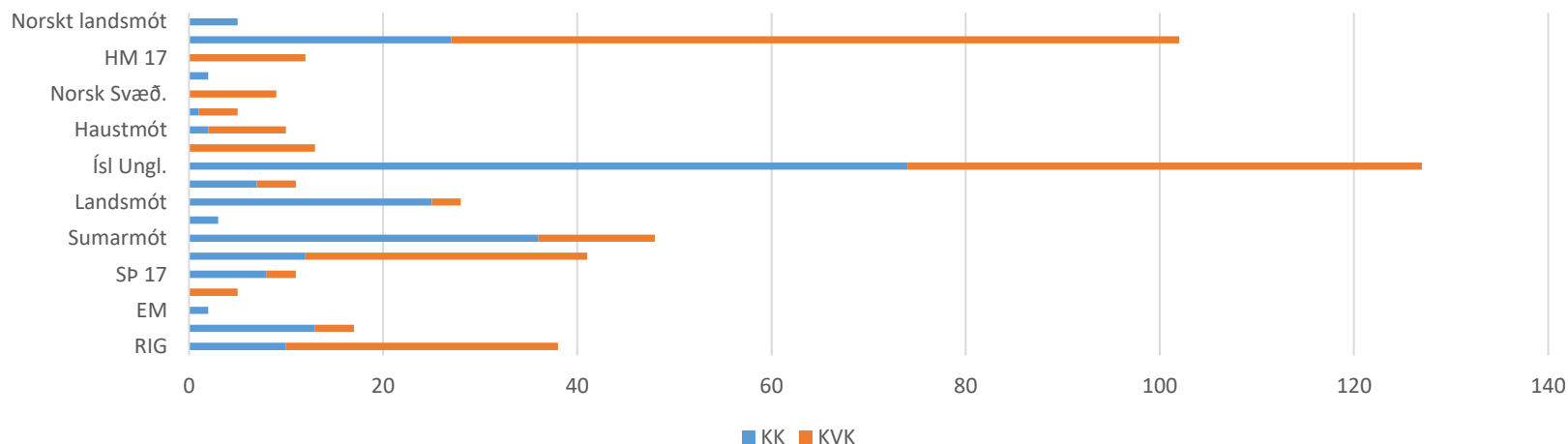
Framkvæmdastjóri: Hjördís Ósk Óskarsdóttir



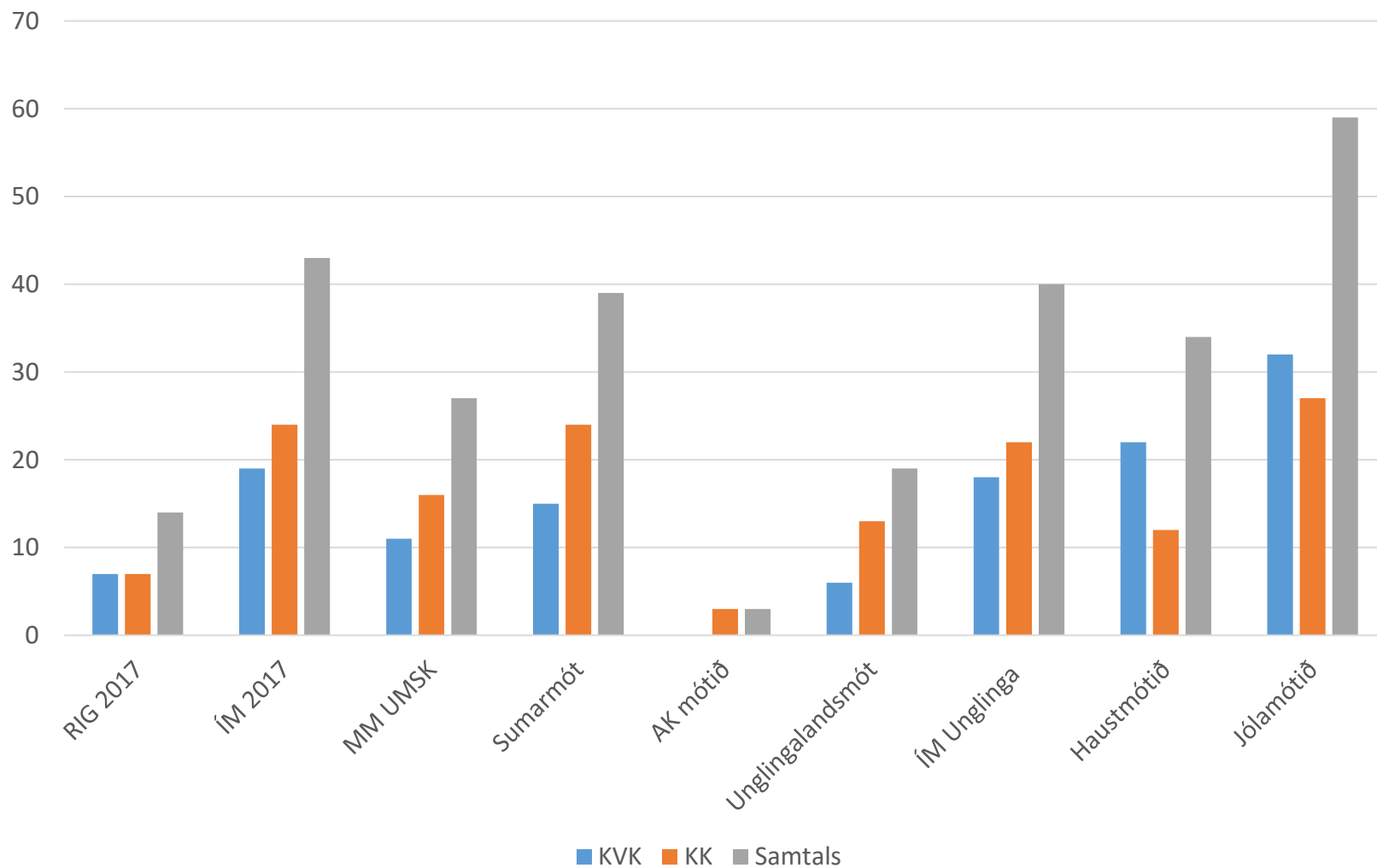
Mótahald 2017

- 149 (+17%) einstaklingar kepptu á 19 lyftingamótum
- 9 mótum innanlands og 10 mótum erlendis
- 81 (+19%) karlar og 68 (+15%) konur
- 262 (+75%) Íslandsmet sett í kvennaflokkum
- 227 (+46%) Íslandsmet sett í karlaflokkum

Fjöldi Íslandsmeta í öllum flokkum 2018



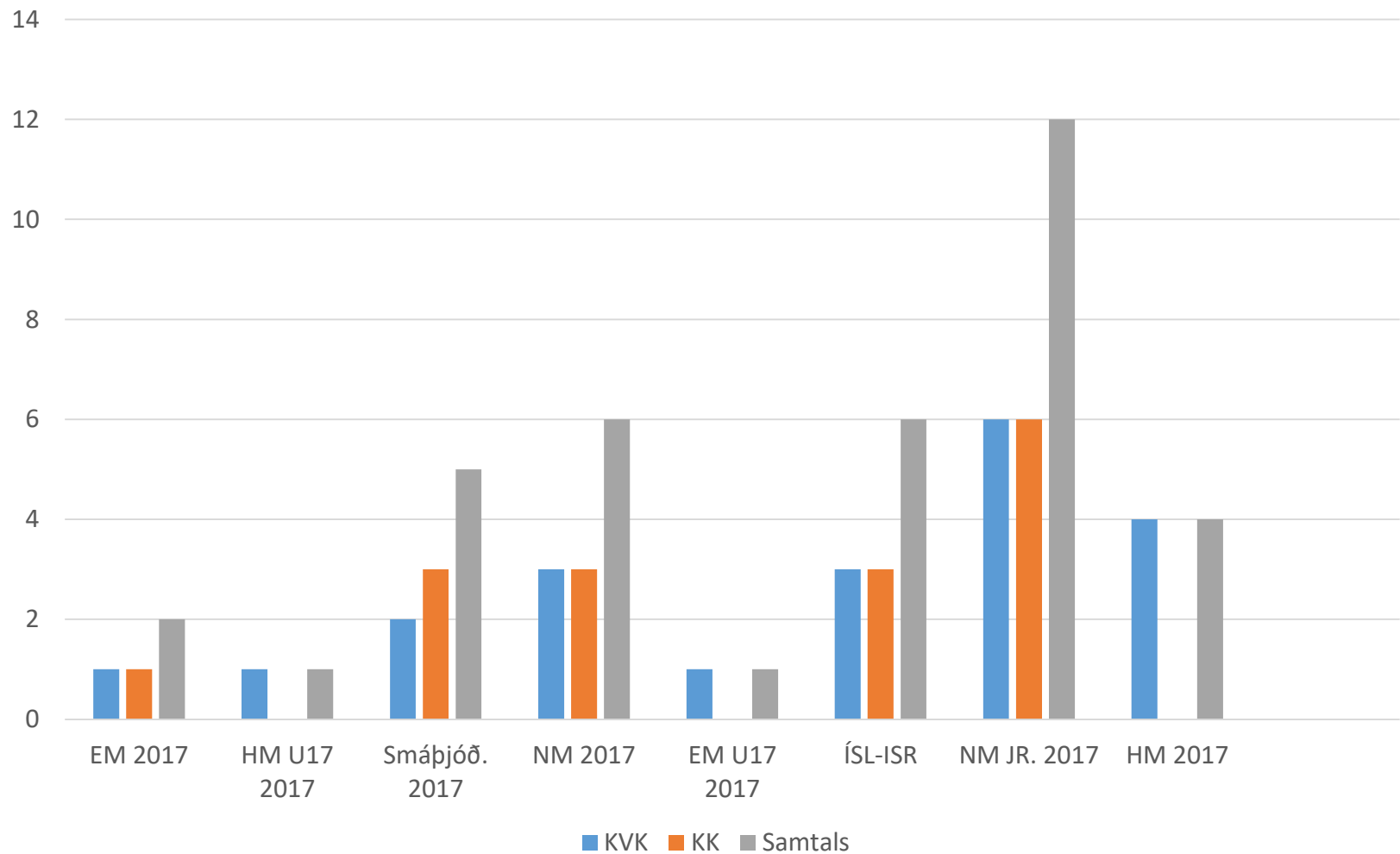
Mót innanlands 2017



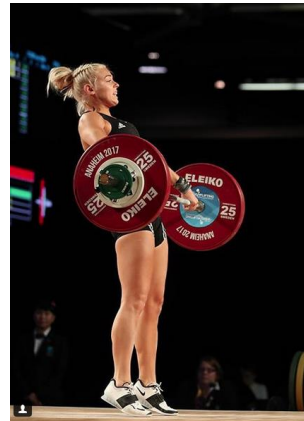
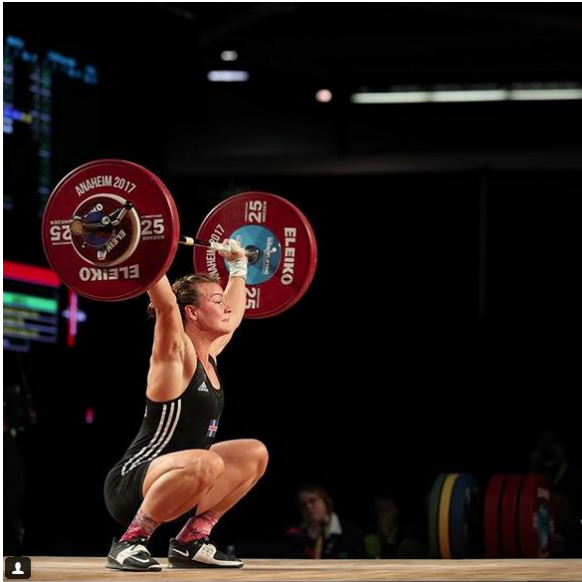


Mót innanlands 2017

Landsliðsverkefni 2017



Landsliðsverkefni





Landsliðsverkefni

Lyftingafólk Ársins 2017

- Lyftingakarl ársins
 - Andri Gunnarsson (LFG)
- Lyftingakona ársins
 - Þuríður Erla Helgadóttir (LFK)
- Ungmenni ársins (KK)
 - Arnór Gauti Jónsson (LFH)
- Ungmenni ársins (KVK)
 - Katla Björk Ketilsdóttir (UMFN)



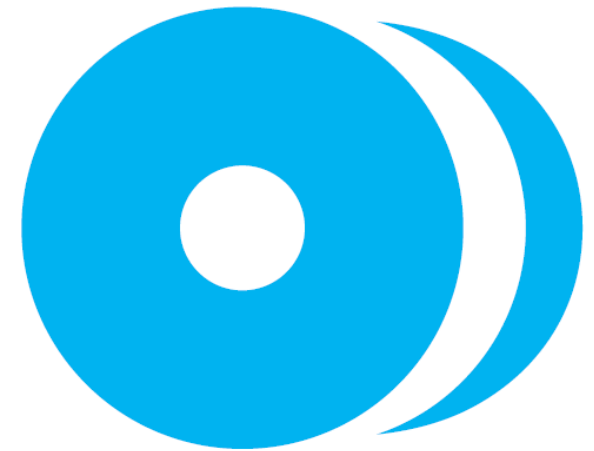
Liðabikar LSÍ 2017

#		SUMARMÓTIÐ	HAUSTMÓTIÐ	JÓLAMÓTIÐ	SAMTALS
1	LFG	37	27	74	138
2	LFR	38	28	50	116
3	LFH	43	26	16	84
4	LFK	20	12	36	79
5	HENGILL	4	35	17	56
6	UMFN	17	11	12	40
7	ÁRMANN	5	-	19	24
8	LFM	7	-	-	7
9	KFA	7	-	-	7
10	LFA	-	7	-	7
11	UMF. Sindri	-	-	3	3



Nýjir Dómarar

- Cat 1. Alþjóðaréttindi IWF
 - Lárus Páll Pálsson (EM U17 2016)



IWF

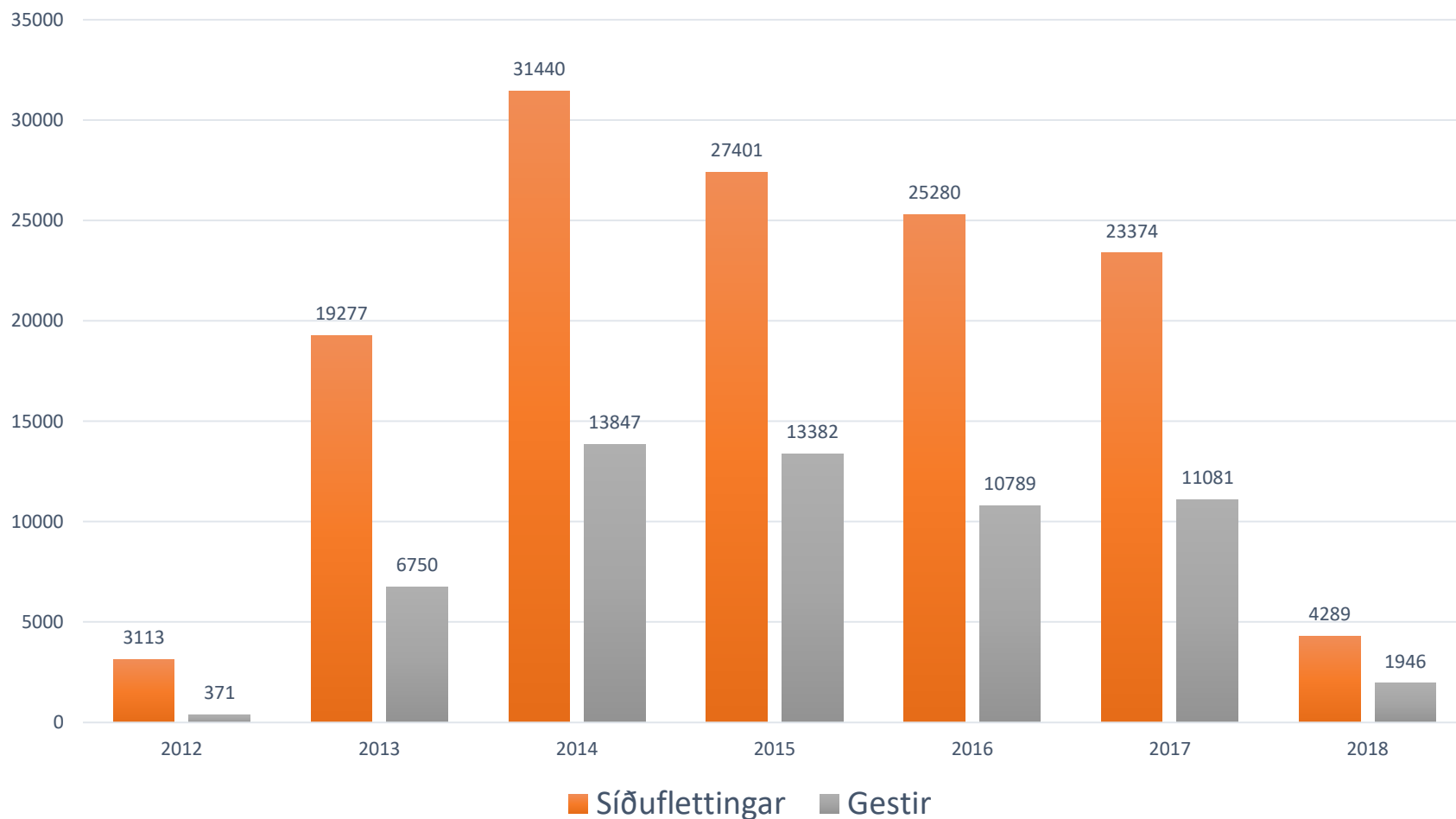
**INTERNATIONAL
WEIGHTLIFTING
FEDERATION**



Aðrir viðburðir



Heimsóknir á www.lsi.is og núna líka www.lyftingar.is



Miðlar LSÍ



icelandic_weightlifting

Follow

450 posts

2,229 followers

229 following

Lyftingasamband Íslands The official instagram account of the Icelandic Weightlifting Federation.

results.lsi.is/meet/islandsmeistaramot-2018



1545 (Mars 2017)

1612 (Mars 2018)

facebook likes

Results.Isi.is

Jan 1, 2017 - Dec 31, 2017: ● Users

Jan 1, 2016 - Dec 31, 2016: ● Users



Users

-20.87%

5,425 vs 6,856



New Users

-22.43%

5,216 vs 6,724



Sessions

-5.95%

10,858 vs 11,545



Number of Sessions per User

18.86%

2.00 vs 1.68



Pageviews

12.76%

33,960 vs 30,116



Pages / Session

19.90%

3.13 vs 2.61



Avg. Session Duration

6.81%

00:02:26 vs 00:02:17



Bounce Rate

-13.40%

54.83% vs 63.31%



Results.Isi.is

Country		Users	% Users
1.	 Iceland		
	Jan 1, 2017 - Dec 31, 2017	3,482	 62.97%
	Jan 1, 2016 - Dec 31, 2016	2,754	 39.87%
	% Change	26.43%	57.94%
2.	 Finland		
	Jan 1, 2017 - Dec 31, 2017	315	 5.70%
	Jan 1, 2016 - Dec 31, 2016	563	 8.15%
	% Change	-44.05%	-30.11%
3.	 United States		
	Jan 1, 2017 - Dec 31, 2017	255	 4.61%
	Jan 1, 2016 - Dec 31, 2016	206	 2.98%
	% Change	23.79%	54.63%
4.	 Sweden		
	Jan 1, 2017 - Dec 31, 2017	217	 3.92%
	Jan 1, 2016 - Dec 31, 2016	384	 5.56%
	% Change	-43.49%	-29.41%
5.	 Russia		
	Jan 1, 2017 - Dec 31, 2017	194	 3.51%
	Jan 1, 2016 - Dec 31, 2016	1,576	 22.81%
	% Change	-87.69%	-84.62%

7) Stjórn leggur fram fjárhagsáætlun fyrir næsta ár.

Fjárhagsáætlun LSÍ	2015 (áætlun)	2015 (raun)	2016 (áætlun)	2016 (raun)	2017 (áætlun)	2017 (raun)	2018 (áætlun)
Veltufé (Inn)							
Styrkir frá ÍSí	4.700.000 ISK	3.873.260 ISK	5.000.000 ISK	5.113.968 ISK	6.000.000 ISK	5.471.056 ISK	6.700.000 ISK
Lottótekjur	2.500.000 ISK	1.931.414 ISK	2.000.000 ISK	2.179.018 ISK	2.500.000 ISK	2.424.150 ISK	2.908.980 ISK
Styrkir og auglýsingar	250.000 ISK	611.700 ISK	1.500.000 ISK	500.000 ISK	1.000.000 ISK	150.000 ISK	500.000 ISK
Eigið fé / Óinnleystir styrkir	1.000.000 ISK						
Hlutur keppenda í afreksst.						1.374.095 ISK	600.000 ISK
Aðrar tekjur		2.043.400 ISK			500.000 ISK		3.000.000 ISK
NM unglinga			2.000.000 ISK	2.529.332 ISK			
Styrkir frá EWF/IWF				313.426 ISK	400.000 ISK	470.991 ISK	0 ISK
Heild	8.450.000 ISK	8.459.774 ISK	10.500.000 ISK	10.635.744 ISK	10.400.000 ISK	9.890.292 ISK	13.708.980 ISK
Veltufé (ÚT)							
Afreksstarf	4.200.000 ISK	4.193.904 ISK	4.000.000 ISK	4.369.361 ISK	4.500.000 ISK	6.485.469 ISK	5.000.000 ISK
Greiðslur til alþjóðasamb.	370.000 ISK	223.201 ISK	250.000 ISK	294.962 ISK	250.000 ISK	180.460 ISK	200.000 ISK
Kostnaður v. síma/intern	150.000 ISK	167.747 ISK	200.000 ISK	113.498 ISK	200.000 ISK	229.753 ISK	200.000 ISK
Kostnaður v. viðb. Innanl.	1.300.000 ISK	1.650.624 ISK	3.000.000 ISK	2.823.377 ISK	1.500.000 ISK	2.369.971 ISK	4.000.000 ISK
Búningakostnaður	300.000 ISK	286.629 ISK	300.000 ISK	495.721 ISK	200.000 ISK	126.873 ISK	250.000 ISK
Annar kostnaður	150.000 ISK	516.573 ISK	500.000 ISK	130.478 ISK	200.000 ISK	222.967 ISK	200.000 ISK
Launa og verktakagr.	1.000.000 ISK	0 ISK	1.000.000 ISK	0 ISK	1.900.000 ISK	1.500.000 ISK	2.925.000 ISK
Búnaður	1.000.000 ISK	1.198.232 ISK	500.000 ISK	731.331 ISK	1.500.000 ISK	23.250 ISK	1.000.000 ISK
Þjálfaranámskeið		1.469.136 ISK			200.000 ISK		
Heid	8.470.000 ISK	9.706.046 ISK	9.750.000 ISK	8.958.728 ISK	10.450.000 ISK	11.138.743 ISK	13.775.000 ISK

Styrkir frá ÍSÍ

- Ríkisstyrkur úr 2.000.000 í 2.750.000
- Útbreiðslustyrkur um 2.000.000
- Lottótekjur aukast um 20%
- Afreksstyrkur úr 1.2/1.3m í 1.950.000

Framkvæmdastjóri/starfsmaður LSÍ (40%) starfshlutfall

- Hjördís Ósk Óskarsdóttir
- Keppnisferðir
 - Flug, skráningar, samskipti við íþróttamenn
- Samskipti við félög, aðstoða félög
 - Annað tilfallandi – lsi@lsi.is
- Viðburðarstjórnun
- Ráðningarsamningur
 - 1.Feb 2017 til 31.mars 2018 (20%)
 - 150.000kr verktakagreiðslur
 - 1.Apríl 2018 til 31.mars 2019 (40%)
 - 228.000 + launatengd gjöld (20,5%)
 - Greiðum síma innanlands



Lyftingasamband Íslands
Ársreikningur 1.1.17-31.12.17

Rekstrarreikningur árið 2017

	Skýr.	1.1.17-31.12.17	1.1.16-31.12.16
Rekstrartekjur			
Styrkir frá ÍSÍ		5.471.056	5.113.968
Lottótekjur		2.424.150	2.179.018
Styrkir og Auglýsingar		150.000	500.000
Hlutur keppenda við þátttöku í viðburðum erlendis		1.374.095	0
Aðrar tekjur		470.991	2.845.258
		<u>9.890.292</u>	<u>10.638.244</u>
Rekstrargjöld			
Kostnaður við þátttöku móta og funda erlendis		6.485.469	4.369.361
Greiðslur til alþjóðasambanda (NTF, EWF og IWF)		180.460	294.962
Kostnaður við síma og internet		229.753	113.498
Kostnaður vegna viðburða innanlands (mót,æfingabúðir, námskeið)		2.369.971	2.823.377
Búningakostnaður		126.873	495.721
Annar kostnaður		222.967	130.478
Launa og verktakagreiðslur		1.500.000	0
Afskriftir	2	686.410	555.050
		<u>11.801.903</u>	<u>8.782.447</u>
(Rekstrartap) rekstrarhagnaður ársins		(1.911.611)	1.855.797
Vaxtatekjur		3.836	7.412
Fjármunatekjur samtals		<u>3.836</u>	<u>7.412</u>
(Tap) hagnaður ársins		<u>(1.907.775)</u>	<u>1.863.209</u>

Efnahagsreikningur 31. desember 2017

	Skýr.	31.12.2017	31.12.2016
Eignir			
Lóð og pallar		2.701.109	3.108.471
Önnur áhöld og tæki		583.503	838.657
Fastafjármunir samtals	2	<u>3.284.612</u>	<u>3.947.128</u>
Veltufjármunir			
Inneign hjá ÍSí		930.798	1.229.945
Kröfur vegna hlutdeildar keppenda í kostnaði við mót erlendis		176.696	80.778
Kröfur vegna verðlaunagripa		39.940	
Kröfur vegna ógreiddra þátttökugjalda keppenda		0	32.480
Handbært fé		801.825	1.867.610
Veltufjármunir samtals		<u>1.949.259</u>	<u>3.210.813</u>
Eignir samtals		<u>5.233.871</u>	<u>7.157.941</u>
Eigið fé			
Óráðstafað eigið fé	3	<u>5.208.871</u>	<u>7.116.646</u>
Eigið fé samtals		<u>5.208.871</u>	<u>7.116.646</u>
Skammtímaskuldir			
Móttækin keppnisgjöld sem tilheyra öðrum		25.000	0
Ógreiddur útlagður kostnaður		0	41.295
Skammtímaskuldur samtals		<u>25.000</u>	<u>41.295</u>
Eigið fé og skuldir samtals		<u>5.233.871</u>	<u>7.157.941</u>

Heildarkostnaður við þáttöku viðburða erlendis:

EM Senior (2 Íþróttamenn, 1 þjálfari)	559.896
HM Youth (1 Íþróttamaður, 1 þjálfari, 1 foreldri)	709.060
Smáþjóðleikar 2017 í San Marino (5 Íþróttamenn og 2 þjálfarar)	656.211
Norðurlandamót fullorðinna (5 Íþróttamenn, 2 þjálfarar)	536.280
Alþjóðáþing IWF (Formaður)	238.042
Æfingabúðir í Lettlandi f. 17 ára og yngri (5 Íþróttamenn og 2 þjálfarar)	574.883
EM Youth (1 Íþróttamaður og 1 þjálfari)	362.685
Landskeppni í Ísrael (6 Íþróttamenn og 1 þjálfari)	200.991
HM senior 2017 (4 Íþróttamenn, 2 þjálfarar og 1 foreldri)	1.067.699
EWF Scientific Coaching Seminar (2 þjálfarar/fagteymi)	116.755
Cat. 1 Dómararéttindi (Lárus Páll Pálsson) - EM Youth	116.468
NM Junior (10 Íþróttamenn, 2 þjálfarar, 2 foreldrar)	1.346.499
	6.485.469

Kostnaður keppenda við þáttöku í viðburðum erlendis

HM Youth (1 Íþróttamaður, 1 þjálfari, 1 foreldri)	76.300
Norðurlandamót fullorðinna (5 Íþróttamenn, 2 þjálfarar)	200.000
Æfingabúðir í Lettlandi f. 17 ára og yngri (5 Íþróttamenn og 2 þjálfarar)	176.414
NM Junior (10 Íþróttamenn, 2 þjálfarar, 2 foreldrar)	654.922
HM senior 2017 (4 Íþróttamenn, 2 þjálfarar og 1 foreldri)	266.459
	1.374.095

Kostnaður vegna viðburða innanlands

Flutningur á búnaði vegna mótahalds og geymslu	364.090
Verðlaunapeningar vegna móta	115.960
Kostnaður vegna Rútu NM Unglinga 2016	186.600
Reykjavíkurleikar (RIG) 2017	927.261
Æfingabúðir unglingalandsliðs í Keflavík	95.600
Reykjavíkurleikar (RIG) 2018	75.106
Unglingalandsmót UMFÍ	66.445
Íslandsmeistaramót 2017	43.943
Þjálfaranámskeið Catalyst (3 þjálfarar)	154.892
Dómaranámskeiðs (IWF Development Program)	309.161
Jólamót LSÍ	13.880
Annað	17.033
	2.369.971

8) Lagðar fram laga- og leikreglnabreytingar þær, sem fram hafa komið.

Viðauki við mótareglur LSÍ

1.gr Notkun stanga og opnunarþyngdir

Keppendur 15 ára og yngri mega á Unglingalandsmóti UMFÍ, Íslandsmeistaramóti Unglinga og á innanfélagsmótum nota eftirfarandi keppnisstangir kjósi þeir það:

15 ára og yngri KK: 15kg kvenna keppnisstöng, lágmarks opnunarþyngd 21kg (stöng + 2.5kg + klemmur)

15 ára og yngri KVK: 10kg tækni stöng, lágmarks opnunarþyngd 16kg (stöng + 2.5kg + klemmur)

Aðrir keppendur þessara móta þurfa að nota eftirfarandi stangir

16-20 ára KK: 20kg karla keppnisstöng, lágmarks opnunarþyngd 30kg (stöng, 2.5kg + lásar)

16-20 ára KVK: 15kg kvenna keppnisstöng, lágmarks opnunarþyngd 25kg (stöng, 2.5kg + lásar)

Á öðrum mótum lyftingasambandsins gilda þær reglur að allir karlar nota 20kg stöng og allar konur 15kg stöng. Lágmarks opnunarþyngdir eru þá 30kg hjá körlum og 25kg á konum.

Á RIG, Íslandsmeistaramótinu og öðrum alþjóðlegum mótum er lágmarksopnunarþyngd 45kg hjá körlum (stöng + 10kg plötur + 2.5kg lásar) og lágmarks opnunarþyngd hjá konum 40kg (stöng + 10kg plötur + 2.5kg lásar).

Mælst er til þess að á Íslandsmeistaramóti Unglinga 2018 og síðar sé keppt í U20, U17 og U15.

Verður ný Regla 26. í mótareglum LSÍ

Breyting á mótareglum

- *27.gr Vigtun keppenda – ný regla*

Á mótum þar sem keppt er í þyngdarflokki hljóta keppendur 15 ára og yngri keppnisrétt í þeim flokki sem þeir viktast inn í, ef þeir eru of léttir fyrir skráðan flokk fara þeir niður um flokk og ef þeir eru of þungir fyrir skráðan flokk fara þeir upp um flokk. **16-20 ára** þurfa að viktast inn í þann flokk sem þeir eru skráðir í á mótum sem keppt er í þyngdarflokki annars fyrirgera þeir rétti sínum til að keppa.

Lagabreyting

- Fella úr gildi 8.grein lið 11) Ákveða gjald ævifélaga

9) Teknar til umræðu aðrar tillögur og önnur mál sem borist hafa til stjórnarinnar, svo og önnur mál er þingið vill ræða.

Þakkir til fráfarandi stjórnarmeðlima

- Stefán Ragnar Jónsson (Ritari 2015-2018)
- Erna Kristjánsdóttir (Meðstjórnandi 2017-2018)
- Grétar Skúli Gunnarsson (Varamaður 2015-2018)
- Jakobína Jónsdóttir (Varamaður 2017-2018)
- Rúnar Kristmannsson (Varamaður 2017-2018)

pinghlé

10min

10) Nefndarálit og tillögur og atkvæðagreiðsla um þær.

11) Ákveðið gjald ævifélaga

12) Kosning stjórnar, varastjórnar, skoðunarmanna og fulltrúa á Íþróttaping.

- a) Formaður.
 - Ingi Gunnar Ólafsson
- b) 1-2 úr fráfarandi stjórn.
 - Ásgeir Bjarnason og Katrín Erla Bergsveinsdóttir
- c) 2-3 meðstjórnendur.
 - Eypór Einarsson og Lína Viðarsdóttir
- d) 4 varamenn.
 - María Rún Þorsteinsdóttir, Árni Freyr Bjarnason, Jens Andri Fylkisson, Andri Gunnarsson
- e) 2 skoðunarmenn,
 - Theódór Pálmason og Vilhelm Patrick Bernhöft
- f) Fulltrúi Íþróttaping.
 - Vísað til stjórnar

13) Kosinn formaður tækninefndar.

- Í framboði:
- Erna Héðinsdóttir

14) Önnur mál.

15) Þingfundargerðir lesnar og staðfestar.

16) Þingslit.

Afreksstefna 2018-2020

- Vinna við Afreksstefnu legið í dvala, beðið eftir þyngdarflokka ákvörðun og ólympíu qualification fyrir Tokyo
- Drög af afreksstefnu horfa lengra fram í tímann og afreksstigum fjölgað
 - 12 stig frá byrjenda til atvinnumanns
 - 2 efstu stig gera ráð fyrir einstaklingsstyrkjum úr afrekssjóði ÍSÍ
 - 3. efsta stig svipað og A-stig í dag
 - 5. efsta stig, lágmarkspáttökuskylirði á HM
- Ásgeir Bjarnason, Ingi Gunnar Ólafsson og Árni Freyr Bjarnason voru í vinnuhóp að afreksstefnunni
- Mæli með lestri á lokaverkefni Árna Frey (Afreksstefna fyrir lyftingafélag)
- Mikilvægt að klára þessa vinnu

	þrep					
Þyngdarflokkur		8	9	10	11	12
-48 kg		128	140	153	165	177
-53 kg		140	154	168	182	196
-58 kg		149	165	181	196	212
-63 kg		158	174	191	207	223
-69 kg		168	184	201	217	233
-75 kg		176	191	206	221	236
+75 kg		183	201	219	236	254

Mynd 4: Þrepaskipting - konur

	þrep					
Þyngdarflokkur		8	9	10	11	12
-56 kg		186	205	223	242	260
-62 kg		201	223	245	266	288
-69 kg		216	242	267	293	318
-77 kg		231	259	286	314	341
-85 kg		243	272	300	329	357
-94 kg		255	285	316	346	376
-105 kg		266	297	328	358	389
+105 kg		274	310	347	383	419

Mynd 5: Þrepaskipting - karlar

Niðurstaða vinnuhóps ÍSÍ um afreksmál

Tafla 18 - Mat vinnuhóps á flokkun sérsambanda miðað við gefnar forsendur í stafrófsröð

Afrekssambönd	Alþjóðleg sambönd	Þróunarsambönd
FRÍ	BLÍ	AKÍS
FSÍ	BSÍ	BTÍ
GSÍ	DSÍ	GLÍ
HSÍ	ÍF	HNÍ
KKÍ	ÍHÍ	HRÍ
KRA	JSÍ	ÍSS
KSÍ	KAÍ	LSÍ
SSÍ	KLÍ	MSÍ
	LH	SÍL
	SKÍ	TKÍ
	SKY	TSÍ
	STÍ	ÞRÍ

Þjálfaramálefni

- Mörgum félögum finnst skortur vera á þjálfurum með reynslu. Ekki framtíð fyrir unga íþróttamenn í lyftingum ef þeir fá ekki rétt aðhald.
- Töluverður fjöldi landsliðsmanna með erlenda þjálfara sem þeir greiða um 100\$/100EUR mánaðarlega fyrir prógröm og eftirfylgni í gegnum netið.
- Hugmynd að greiða þessi gjöld fyrir helsta afreksfólkið okkar eða unglinga til innlendra eða erlendra þjálfara.

Þjálfaramálefni

- Competition coach / Keppnisþjálfari eða þjálfarar
- Þarf að búa til reglur varðandi landsliðsþjálfara eða þjálfara í landsliðsferðum
- Með auknu umfangi þá er mikilvægt að skoða einhverskonar greiðslu þátttöku. Eingreiðslu, dagpeninga osfr.

Rekstur félaga innan LSÍ

- Meira en helmingur félaga innan LSÍ er rekinn í samfloti við Crossfit stöðvar.
- Bæjarfélög og íþróttabandalög hafa litlu kostað við uppbyggingu og rekstur félaganna. Hvorugir hafa frumkvæði af samskiptum.
- Hvetjum félögin til að sækja um húsaleigustyrki, styrki til búnaðarkaupa osfr. Setja sig í samband við íþróttafulltrúana í sinni heimabyggð og leita ráða
- Hvetja félög að gera upp sinn eigin rekstur en ekki gera hann bara upp í gegnum crossfit rekstrar félagið.

20.gr. Starfsmenn á mótum

Nauðsynlegt er að hafa minnst 2 stangamenn, 4 á ritaraborði (tímavörð, kynnir, mótaforrit, ritun móts á pappír) og 3 dómara. Á mótum sem gilda til Íslandsmeta þarf að auki að hafa 3 dómara í kviðdómi.

Á mótum öðrum en innanfélagsmótum skulu aðildarfélög sjá um að dómarar úr þeirra félögum starfi á mótinu. Ef félagið getur ekki sent dómara þarf að senda starfsmann sem getur þá annað hvort verið lóðamaður eða á ritaraborði.

0-5 keppendur = 0 dómarar

6-10 keppendur = 1 dómari

11-15 keppendur = 2 dómarar

16 - 20 keppendur = 3 dómarar

21+ keppendur = 4 dómarar