



Styrelsemötesprotokoll

Tisdagen den 19 november 2024

Plats

Konferensrummet 19 - 20:45

Närvarande

Patrik Jönsson	Ordförande
Sofie Lennman	Sekreterare
Olof Wiklund	Kassör
Ebba Lindgren	Styrelseledamot
Madeleine Hultén	Styrelseledamot
Matteus Roos	Styrelseledamot
Alexander Svartbäck Klang	Styrelseledamot
Elias Hejdenberg	Suppleant
Jessica Ehrsson	Suppleant
Ludwig Höjjer	Suppleant
Sandrine Quignaudon	Tävlingsansvarig
Thomas Norlander	Valberedningen



Version

Version	Datum	Av	Orsak	Kommentar
1.0	2024-11-19	Sofie Lennman	Första version	

1. Mötet öppnas

Ordförande Patrik Jönsson förklarar att mötet är öppnat.

2. Föregående mötesprotokoll

Styrelsemötesprotokoll från föregående möte:

[STK Styrelsemötesprotokoll 2024-10-16](#)

3. Ekonomi

3.1. Rapport från föreningens kassör

Kassören har mejlat ut hur ekonomin ser ut fram till sista oktober.

3.2. Palmenpriset

Förslag finns utskickat per mail söndag 20 oktober

Förslag

Se över och förtydliga hur pristagare nomineras. Beslutet tycker jag fortsatt ska ligga hos styrelsen.

Förslag på nytt kriterium för Palmenpriset:

"Palmenpriset delas ut till den styrkelyftare och tyngdlyftare som har gjort stora framsteg under det gångna tävlingsåret samt är en god företrädare för klubben"

- Förslag på pris till pristagare, diplom, STK t-shirt samt 12 månaders medlemskap.
- Föreningen står för t-shirt och diplom kostnad ca 200 kr x2=400 kr.
- Medlemskap tas från minnesfonden vilket med nuvarande medlemspriser blir 3 200-5 600 kr beroende på ålderskategori på vinnarna.

På så vis borde nuvarande saldo på minnesfonden kunna vara bestående om engångstränings-avgifterna fortsätter falla ut i nuvarande nivå. Kanske även



öka om vi finner andra sätt att få in pengar. Vi ska dock vara medvetna om att om vi höjer medlemskaps-priserna kommer vårt uttag från minnesfonden öka.

Vi uppdaterar och förtydligar vår informationssida på hemsidan med det vi beslutar.

Vi bordlägger frågan till nästa möte.

4. Tävlingsverksamhet

4.1. Styrkelyft

- 4.1.1. Styrkelyftsförbundet höjer alla avgifter, avgifter och grund för höjningen av avgifter på styrkelyftsförbundets hemsida:
https://www.styrkelyft.se/uploaded_files/avgifter-2025.pdf
På lyftarmötet behöver vi se till att det finns underlag för att anmäla lag till serierna eftersom kostnaden tredubblats.
Vi behöver framöver ha en vidare diskussion kring hur vi hanterar de ökade kostnaderna av alla avgifter kring tävlande.
- 4.1.2. Sandrine och Linus kliver av vid årsskiftet som tävlingsansvariga och tycker det är dags att lämna vidare den facklan. Sandrine och Linus får i uppdrag att skriva ner vad som ingår i uppdraget och försöka tidsätta uppdraget. Vi i styrelsen tittar sedan på det och formar rollen som tävlingsansvarig och kanske flyttar en del av uppdragen till styrelsen. Vi tycker det kan vara någon som inte tillhör styrelsen som är tävlingsansvarig. I samband med lyftarmötet så går vi ut och frågar lyftarna om någon är intresserad av rollen men sedan tar styrelsen beslut om vem som får rollen.
- 4.1.3. Lyftarmöte 27/11 kl 19.00 på klubben.
- 4.1.4. Avgifter för tävlande ungdomar är helårsavgift för ungdomar. De ungdomar som går våra ledarledda träningar men inte tävlar får testa ett par gånger sedan om de vill fortsätta gå så får de betala medlemsavgift för att fortsätta. Så har man gjort på tyngdlyftningen och så kommer man börja göra i styrkelyft.



4.1.5. Tävlingar som genomförts och resultat sedan förra mötet:

Senior - DM - 2024

Ett lyckat arrangemang av Täby AK. Vi hade flera tävlande från oss som fick med sig goda resultat.

Serie 4 9/11

Ett lyckat samarrangemang med Täby AK, många tävlande och otrolig härlig stämning på klubben.

VM i utrustad Styrkelyft - 2024

Vi hade tre tävlande på plats och Olof som headcoach för landslaget

- Sandrine Quignaudon -52 kg 10:e plats
- Matilda Vilmar -69 kg, Silver, Världsrekord och en inbjudan till WG
- Frida Wik -76 Brons och en inbjudan till WG

4.1.6. Kommande tävlingar

- V-SM klassisk styrkelyft 29/11 - 1/12, Huddinge
- Lag - SM Klassisk styrkelyft och bänkpress i Falkenberg 14-15 december. Just nu ser det ut som damlaget i klassisk styrkelyft kommer ta sig till lag-SM.

4.2. Tyngdlyftning

4.2.1. Tävlingsansvarig

Patrik kommer att kliva av som tävlingsansvarig och vi kommer överens om att det är samma process som inom styrkelyft med att ta fram en ny tävlingsansvarig. Vi lyfter frågan om intresse för rollen på lyftarmötet och därefter beslutar styrelsen om vem som får rollen.

4.2.2. Lyftarmöte 4/12

4.2.3. Utbildningen nivå 2

Tränarutbildning blev tyvärr inställd.

4.2.4. Tävlingar som genomförts och resultat:

Serietävling 4, 12/10

34 tävlande trots några sjuka. Herrarna knep första platsen i division och går därmed upp till elitserien nästa år.



- [STK TL lagresultat](#)

DM i Upplands Väsby 9 november

alla fick medalj.

4.2.5. Kommande tävlingar

- Junior-SM 13-15 december går i Örebro. 5-6 tävlande från STK.
- Serieomgångar 2025
 - Serie 1: 24–27 januari
 - Serie 2: 21–24 februari
 - Serie 3: 9–12 maj
 - Serie 4: 12–15 september

5. Lokal

5.1. Översvämning

Nu har kommunen åtgärdat tröskeln vid vår nödutgång för att minska risken för översvämning. Men det saknas en ramp. Nästa steg är att kommunen ska ta fuktprover. Återträff med ansvariga från kommunen och entreprenören onsdag den 20/11 kl 08.00.

6. Utrustning

6.1. Sälja utrustning

Utrustningsgruppen meddelar att de köpte in en fristående snedbänk. Snedbänken ligger kvar ute till försäljning. ER-ställningen såldes för 8000 kr.

6.2. Inköp av utrustning för försäljningspengarna

Vi har 14 000 kr att köpa in för och det ska öronmärkas mot styrkelyft. Utrustningsgruppen kollar förslagen från Olof och kommer med ett förslag till nästa gång.

7. Antidoping

7.1. Antidoping

 Antidopingpolicy 2024 . Affischerna är restade hos antidoping, vi får de när de kommer in i lager.



8. Hemsidan och andra kommunikationskanaler

- 8.1. Stor eloge till instagram ansvariga för bra content.

9. Medlemsärenden

- 9.1. Två lyftare från SL kommer till oss och en byter klubb under bytesfönstret.

10. Övrigt

1.1. Arbeta med verksamhetsberättelse

Börja arbeta med verksamhetsberättelse, verksamhetsplan samt boka tid för årsmöte. Årsmöte bokas till 22/3 - 2025 kl 13.00. Vi ses för att arbeta och göra klart VB och VP söndag 19/1 - 2025 kl 10.00 - 14.00

1.2. Medlemsformulär

Skicka ut medlemsformulär innan året är slut.

1.3. Julmarken

Julmarken bokad till söndagen den 22 december. Länk på hemsidan och på skärmarna. Sista anmälningdagen 8/12 - 2024.

1.4. TV-Skärmar i lokalen

Patrik visar hur man uppdaterar skärmarna så flera kan göra detta via datorn på kontoret.

1.5. Inköp av kläder

Beställningsformulär ut på hemsidan. Sista anmälningdag 2024-12-08.

1.6. Förenkla administration och processer

Kan vi på något vis förenkla processer vid hantering av medlemskap etc. Ett förslag är att tvinga att fylla i medlemsavtalet elektroniskt skicka till oss och sedan även skriva ut alt signera med digital om det är kostnadsfritt.

1.7. Policy coacher

Patrik har börjat arbeta på en policy för coacher och samlar in mer information. När och för vilka nivåer av tävling ska vi från klubben stå för



kostnader för coach. Vi har tidigare försökt stötta framförallt nya lyftare på alla nivåer av mästerskap, de mer erfarna lyftare kan stötta varandra mer. Vårt mål bör vara att klubben ska stötta med coach för de lyftare som vill. Vi ska inte finansiera externa coacher utan det ska vara en coach från klubben som styrelsen/tävlingsansvarig eller medlem. Resa och boende borde ingå i vad klubben står för. Patrik kommer ta fram ett förslag utifrån synpunkterna ovan.

1.8. Policy utbildningar

Patrik har börjat arbeta på en policy för medlemmar som vill gå utbildning och vill samla in mer information. Jobbar på en gyllene medelväg utifrån det vi pratade om på förra mötet som utgångspunkt.

1.9. Styrelse, valberedning och tävlingsansvarig, middag

Tidigare år har vi ätit middag tillsammans för att fira allt hårt arbete vi gjort under året. Antingen kör vi middagen i december som tidigare år eller så tar vi den i januari som en uppstart efter jul och nyår. Vi tar det i samband med dagen vi arbetar med VB, alltså den 19/1 - 2025 efter att vi är klara ca 14.00. Ebba kollar på förslag på restauranger.

11. Uppgifter

Uppgifter återfinns här: [STK Styrelseuppgifter](#)

- Patrik tar fram förslag för policys.
- Patrik visar hur man uppdaterar skärmarna i lokalen.

12. Beslut

Beslut återfinns här: [STK Styrelsebeslut](#).

-

13. Bordlagda frågor för vidare diskussion

Här är frågor som bordlagts för vidare diskussion:

- Förslaget om Palmen-priset.

14. Nästa styrelsemöte

Nästa möte är 17/12 - 2024 kl 19.00 i konferensrummet.

15. Mötet avslutas

Ordförande Patrik Jönsson förklarar att mötet är avslutat.