



Jönköpings Atletklubb

67:e Årsmöte

13-Mars-2016



Vårt JSM guldlag

- **DAGORDNING**
- **ÅRS-/VERKSAMHETSBERÄTTELSE**
- **VERKSAMHETSPLAN 2016**



Dagordning vid Jönköpings Atletklubbs 67:e årsmöte den 13 Mars 2015

1. Mötets öppnande.
2. Fråga om mötets stadgeenliga utlysande.
3. Fastställande av dagordning.
4. Val av ordförande för mötet.
5. Val av sekreterare för mötet.
6. Val av två justeringsmän tillika rösträknare som jämte ordföranden justera protokollet.
7. Styrelsens års-/verksamhetsberättelse för tiden 2015-01-01 – 2015-12-31.
8. Ekonomisk tablå för tiden 2015-01-01 – 2015-12-31.
9. Behandling av revisorns berättelse.
10. Fråga om ansvarsfrihet för styrelsen för den tid som revisionen avser.
11. Val av klubbordförande tillika styrelsens ordförande för en tid av 1 år (Stefan Holst).
12. Val av 2 ledamöter i styrelsen för en tid av 2 år (Göran Simonsson och Johan Berggren), (Tommie Lundstedt och Tobias Ekvall har 1år kvar på sina uppdrag).
13. Val av 1 suppleant för en tid av 1 år (Vakant).
14. Val av ungdomsrepresentant i styrelsen för en tid av 1 år).
15. Val av revisor för en tid av 1 år (Willy Candemyr, Suppleant Veronica).
16. Val av tävlingskommitté för en tid av 1år (Styrelsen).
17. Val av ungdomstränare för en tid av 1år (Huvudansvarig Tommie Lundstedt och Johan Berggren, Leif Söderlind, Tobias Ekvall och Stefan Holst assisterande).
18. Val av märkesombud för en tid av 1år (Tommie Lundstedt, Leif Söderlind).
19. Val av referent, pressansvarig och ansvarig för hemsidan för en tid av 1år (Stefan Holst).
20. Val av kontaktman för en tid av 1år (ordförande = Stefan Holst).
21. Val av materialförvaltare för en tid av 1år (Styrelsen).
22. Val av valberedning bestående av 2 personer för en tid av 1 år (Jan-Olof Åkesson, Robert Andersson där Robert är sammankallande).
23. Övrigt / behandling av inkomna motioner.
24. Avslutning och prisutdelning.



Års / Verksamhetsberättelse för Jönköpings AK för året 2015

Medlemsavgifterna för 2015 var enligt följande:

Senior: 1500kr

Junior: 1000kr

Ungdom: 500kr

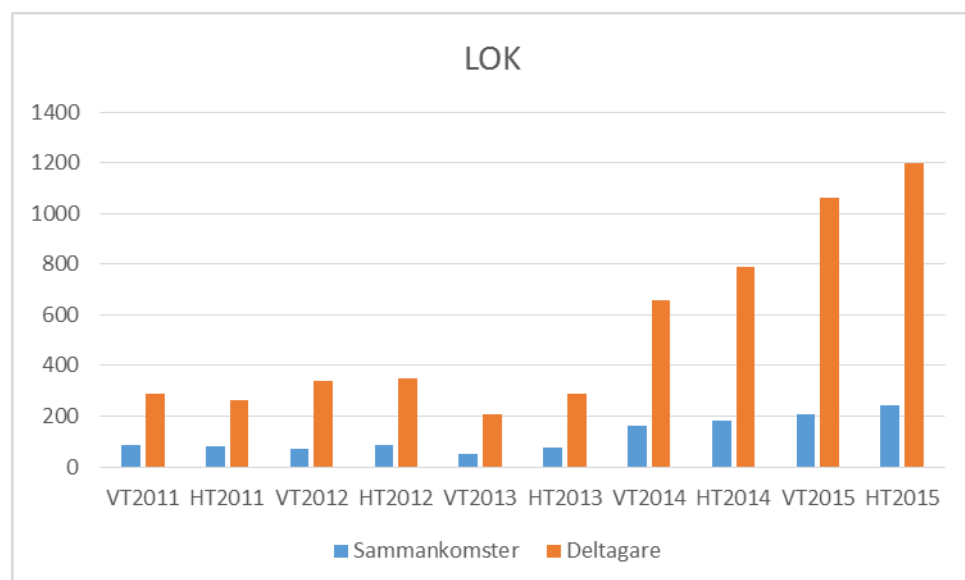
Stödmedlem: 100kr

Familjemedlemskap: 250Kr

Årsmötet hölls den 22-Mars.

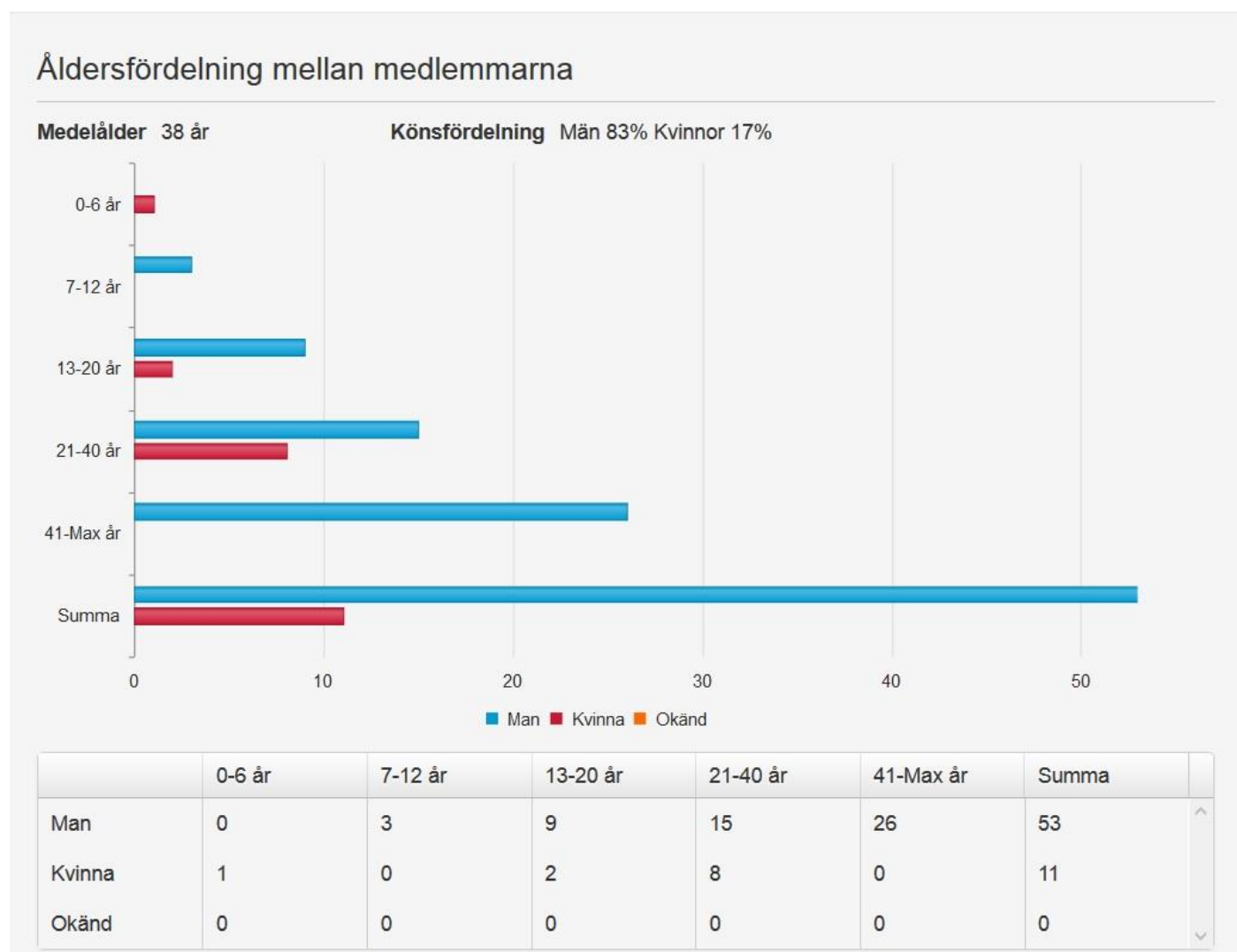
Styrelsen har haft 11 st. protokollförda styrelsemöten. Mötena hölls den 8-Januari, 5-Februari, 12-Mars, 9-April, 7-Maj, 4-Juni, 6-Augusti, 3-September, 6-Oktober, 3-November och 8-December.

LOK-stöds aktiviteter:





Medlemsstatistik och åldersfördelning:



Klubben hade för första gången två herrlag tävlande i seriesammanhang.

Juniorlaget tog SM Guld, i laget ingick följande lyftare:

David Wannling, Chaiwat Jantha, Benjamin Jasarevic, Oscar Sukurica och Robert Lindqvist.

Ungdomslaget tog SM Brons, i laget ingick följande lyftare:

Benjamin Jasarevic, Bellmin Jasarevic, Oscar Sukurica och Anton Sukurica.

Föreningens mest framgångsrika lyftare under 2015 var följande:

Jan-Olof Åkesson: 3:a SM i ryck

Benjamin Jasarivic: 2:a USM

Leif Söderlind: 4:a VEM

Tyvänn lyckades A-laget både åka ur Elitserien och efterföljande Division 1.

Juniorlaget vann sin serie och kvalificerade sig för Lag SM.

Ungdomslaget kom fyra och därmed kvalificerade sig för Lag SM.



Herrar Division 1:

Placering	Lag	Omgång 1	Omgång 2	Omgång 3	Totalt
1	Allmänna SK	1 633	1 690	1 634	4 957
2	Vallentuna TK	1 533	1 486	1 450	4 469
3	Upsala TK	1 419	1 394	1 654	4 467
4	Norrköpings AK	1 420	1 430	1 453	4 303
5	Karlstads AK	1 525	1 511	1 219	4 255
6	Sörby BoIS	1 287	1 443	1 395	4 125
7	Olofströms FK	1 460	1 183	1 422	4 065
8	Jönköpings AK	1 351	1 401	1 286	4 038

Herrar Division 5:

Placering	Lag	Omgång 1	Omgång 2	Omgång 3	Totalt
1	Falu AK	1 471	1 474	1 491	4 436
2	Vilhelmina TK	1 394	1 419	1 405	4 218
3	Borås AK	1 340	1 139	1 344	3 823
4	Jönköpings AK 2	1 014	1 219	1 003	3 236
5	Värnamo AK	1 059	957	0	2 016
6	Fit4Life TK	356	438	730	1 524
7	Vikmanshyttans AK	540	556	0	1 096
8	CrossFit Nordic TSK	0	505	579	1 084
9	Halmstads TSK	166	389	0	555

Herrar Juniorer

Placering	Lag	Omgång 1	Omgång 2	Omgång 3	Totalt
1	Jönköpings AK	990	1 009	818	2 817
2	Sörby BoIS	881	932	918	2 731
3	Borlänge AK	745	964	878	2 587
4	Landskrona AK	796	572	787	2 155

Herrar Ungdomar

Placering	Lag	Omgång 1	Omgång 2	Omgång 3	Totalt
1	Sörby BoIS	729	739	737	2 205
2	Allmänna SK	691	730	723	2 144
3	Trelleborgs ABK	660	666	682	2 008
4	Jönköpings AK	671	676	578	1 925

Herrar Veteraner

Placering	Lag	Omgång 1	Omgång 2	Omgång 3	Totalt
1	Spårvägens TLK	1 030	1 026	991	3 047
2	Kalmar AK	980	975	882	2 837
3	Vallentuna TK	910	937	957	2 804
4	Sörby BoIS	945	946	869	2 760
5	Karlstads AK	845	855	882	2 582
6	Bergsjö AK	834	931	807	2 572
7	Jönköpings AK	888	795	772	2 455



U-14

Placering	Lag	Omgång 1	Omgång 2	Omgång 3	Omgång 4	Totalt
1	C4 Kraftsportsällskap	680	578	724	688	2 670
2	Sörby BoIS 1	589	600	608	645	2 442
3	Landskrona AK	396	422	508	583	1 909
4	Jönköpings AK	230	371	412	439	1 452
5	Mockfjärds AK	0	0	537	397	934
6	Landskrona 2	102	0	211	240	553
7	Sundbybergs TK	206	0	0	0	206



Historik för 2015:

2015-01-25

Serieomgång 1:

Klubbens elitserielag ställde upp med några "reserver" då några vanligtvis ordinarie lyftare var sjuka eller skadade. Trots det gjorde laget 1352p men det räckte inte för att vara bland de 6 bästa lagen i 9-lags serien efter 1a omgången. Därmed flyttas vårt herrlag ned till division 1 resterande 2 omgångar av serien.

I elitserielaget ingick William Blomqvist som slog pers med 13kg totalt (206kg), Robert Löthgren som slog pers i stöt (120kg) och totalt (217kg) med 2kg, Jan-Olof Åkesson som lyfte 162kg, Robert Andersson som blå stötte 120kg för första gången sen han drog av hälsenan, Benjamin Jasarevic som slog pers totalt med 11kg (165kg) och Inge Fälth som lyfte 160kg.

Vårt juniorlag krossade klubbrekordet för juniorer med 129p och noterade 991p vilket bara 2 lag gjorde mer än under 2014 års juniorserie. I laget ingick William och Benjamin från elitserielaget men även Anton Sukurica som slog pers i stöt och totalt med 1kg, Chaiwat Jantha som persade med 29kg totalt (137kg) och David Wannling som persade med 17kg totalt (147kg).

Vårt ungdomslag slog inte klubbrekord men var bara 2p ifrån med 672p. I laget ingick Benjamin och Anton men även Bellmin Jasarevic som persade med 3kg totalt (99kg) och Oscar Sukurica som persade med 10kg totalt (120kg).

Vårt veteranlag ville inte vara sämre och vara bara 10p ifrån lagrekordet för veteraner när de noterade 889p. I laget ingick Inge, Robert Andersson och Jan-Olof.

Sista lyftare att nämna men som inte ingick i något lag är Oscar Bergqvist som slog pers med 7kg totalt (147kg).

2015-02-22

Serieomgång 2:

Vårt andra lag i seniorserieran lyfter i division 5 och de fick ihop 1225p. Vårt juniorlag är bäst i Sverige och ungdomslaget 3a efter 1a omgången. Totalt lyfte 51st lyftare under dagen varav 19st från Jönköping.

I seniorlaget ingick Robert, Viktor, William, J-O, Fredrik och Tobias. Juniorlaget bestod av William, David, Chaiwat, Benjamin och Anton. I ungdomslaget ingick Benjamin, Anton, Oscar och Bellmin. Veteranlaget bestod av Leif, J-O och Robert.

I första grupp lyfte Shanemae som gjorde sin först tävling. Hon lyfte 68kg totalt. I gruppen lyfte även Lucas och Jesper. Lucas slog pers i ryck med 13kg när han lyfte 31kg totalt. Jesper lyfte 33kg totalt.

I andra gruppen hade vi 10st lyftare. Anton slog pers i ryck och totalt när han lyfte 117kg. Bellmin slog alla sina pers när han lyfte 103kg, det var 1a gången han lyfte mer än 100kg! Oscar Sukurica slog pers i ryck och tangerade sitt totala pers med 120kg. David visade bra form när han totalt persade med 9kg när han slog alla sina pers när han lyfte 156kg. Alla sina pers slog även Chaiwat när han lyfte 145kg, det var totalpers med 8kg. Benjamin slog sitt pers i ryck med 1kg när han lyfte 163kg totalt. Tommy Fors "slaktade" sin gamla pers när han lyfte 188kg totalt vilket var pers med 18kg! Oscar Bergqvist slog pers i stöt och totalt när han lyfte 148kg. Leif skulle försöka nå kvalgräns till VEM och lyfte 165kg med det saknades 5kg till kvalgränsen. Fredrik gjorde en stabil tävling med 161kg totalt.

I grupp 3 hade 4 lyftare. J-O gjorde en bra tävling med 160kg totalt. Stefan som gjorde sin 1a tävling på ca 1år pga ryggskada lyfte 177kg. Tobias visade bra form när han lyfte ihop 201kg. William slog även denna tävling pers, denna gång bara i ryck med 95kg, totalt lyfte han 203kg.

I 4e och sista grupp hade vi 2st lyftare, Robert och Viktor. Viktor var inte riktigt i form och gjorde bara 2 ryck och 1 stöt men ställde upp för laget och gjorde 195kg. Robert gjorde en stabil tävling med 214kg.

**2015-03-29***Serieomgång 3:*

Lagen gjorde följande resultat:

Senior Div 1 1285 p

Senior Div 5 1003 p

Junior 818 p

Ungdom 578 p

Veteran 771 p

U14 302 p

Pga 1 urbomning i seniorlaget denna omgång så trillade vi inte bara ur elitserien, vi blir även sist i div 1 och trillar sannolikt även ner till div 2 till nästa år! Juniorlaget vann serien och ungdomslaget blev 4a, båda två lagen är därmed klara för Lag-SM. Veteranerna blev 7a i sin serie.

I seniorlaget ingick William Blomqvist, Jan-Olof Åkesson, Fredrik Ljungdahl, Tobias Ekvall, Robert Löthgren och Robert Andersson.

Bäst i laget var Robert Löthgren med 211kg, näst bäst var Jan-Olof med 161kg. Tobias Ekvall lyfte 195kg, Fredrik 167kg och Robert Andersson 190kg. William bommade tyvärr ut sig i ryck, gick in alldeles för tungt men revancherade sig lite när han slog pers i stöt med 113kg.

I juniorlaget ingick förutom William även Anton Sukurica, Benjamin Jasarevic, Chaiwat Jantha och David Wannling.

Både Chaiwat och David slog pers med flera kg, Chaiwat med 8kg (153kg) totalt och David med 6kg (162kg). Båda passerade gränsen 200p för första gången. Benjamin slog pers i ryck och totalt när han lyfte 167kg. Tyvärr bommade Anton ut sig i stöt efter ha slagit pers i ryck med 2kg när han ryckte 52kg. Så trots 2st urbomningar i juniorlaget vann laget serien med 86p.

I ungdomslaget ingick förutom Benjamin och Anton även Bellmin Jasarevic, Oscar Sukurica.

Bellmin slog pers i ryck med 46kg och tangerade totalt med 103kg. Oscar slog pers i stöt och totalt samt tangerade ryckrekordet när han lyfte 123kg totalt.

Veteranlaget bestod förutom Jan-Olof och Robert Andersson även av Leif Söderlind som slog årsbästa med 167kg totalt.

U14 laget bestod av bröderna Lucas och Jesper Svensson. Båda slog pers med flera kg. Lucas lyfte ihop 35kg totalt och Jesper 39kg totalt.

Utöver alla nämnda lyftare som ingick i olika lag lyfte även några som inte ingick i några lag.

Robert Lindqvist gjorde comeback efter att ha varit ryggskadad i nästa ett år. I ryck gick det bra för där slog han pers två ggr, först med 121kg och sedan med 125kg. Det var nytt distriktsrekord för juniorer i klass - 94kg. Sedan bommade han tyvärr ut sig i stöt.

Den enda tjejen i klubben Shanemae Sareno lyfte bra och slog pers i båda lyften och med 4kg totalt när hon lyfte 72kg totalt.

**2015-04-27***Lag SM, Örebro:*

Junior kampen blev en rafflande tävling mellan JAK och skåne klubben Sörby bois. Tävlingen avgjordes först när Robert Lindqvist ryckte nytt pers med 126 kg. Det var även nytt klubbrekord för seniorer och distriktsrekord för juniorer. Totalt 251kg var klubbrekord för seniorer.

Laget bestod av fem lyftare med stark lyftning av alla.

David Wannling 70-92= 162 kg pers i stöt.

Chaiwat Jantha 70-86= 156 kg pers i ryck stöt sammanlagt

Benjamin Jasarevic 80-95=175 kg pers i stöt sam

Oscar Sukurica 55-70=125 kg

Robert Lindqvist 126-125=251 kg pers i ryck och totalt

1	Jönköpings Atletklubb	1056 poäng
2	Sörby Bois	1043 poäng
3	Landskrona	819 poäng

Brons medalj av ungdomslaget.

Tävlingen var en uppgörelse främst mellan Allmänna SK och Sörby Bois.

JAK bevakade tredje platsen med en säker lyftning.

Fyra lag ställde upp på lördagens tävling, JAK var rankad fyra.

I laget tävlade:

Anton Sukrica 52 -67=119 kg pers sammanlagt

Benjamin Jasarevic 80-85 kg=165 kg pers i ryck

Bellmin Jasarevic 48-59=107 kg pers i ryck stöt sammanlagt

Oscar Sukurica 60-70=130 kg pers i ryck och sammalagt

1	Allmänna SK Eskilstuna	773 poäng
2	Sörby bois	769 poäng
3	Jönköpings Atletklubb	679 poäng
4	Bergsjö	589 poäng

2015-05-10*Klubbmatch Skara:*

Först ut var bröderna Lucas och Jesper Svensson. Båda två klarade samtliga 6 lyft och slog alla sina personliga rekord. Jesper lyfte 18+24=42 och Lucas 16+22=38.

Stefan gjorde sin bästa tävling för året med 85+102=187kg och 243p. Chaiwat slog pers i stöt och sammanlagt när han lyfte 68+92=160kg och 213p.

David slog pers i ryck med 73kg och hade även 77kg uppe men fick tyvärr underkänt för press. I stöt fick han inget resultat.

William Blomqvist var klubbens bästa lyftare denna tävling med 92+111=203kg och 252p.

Leif "Pajen" som ska åka till VEM om ca en månad lyfte idag 75+92=167kg.

**2015-05-18***Ungdoms SM:*

På lördagen lyfte Shanemae Sareno i damernas klass -58kg där hon blev 8a av 10st tjejer. Hon slog nya pers med 38kg i ryck och 50kg i stöt. Totalt slog hon pers med 16kg.

På söndagen var det dags för de 2 brödraparen Anton och Oscar Sukurica och Bellmin och Benjamin Jasarevic att lyfta.

Först ut var Bellmin och Anton i klass -69kg där 8st startade. Anton slutade 5a efter ha lyft 113kg totalt. Bellmin blev 7a med 105kg. Bellmin slog nytt pers i stöt med 60kg. Det var tätt mellan placeringarna och båda två hade kunnat avancera någon placering per delgren eller totalt om de klarat 1-2kg mer.

I klass -77kg lyfte Oscar där han blev 4a. Han lyfte 120kg och han tangerade sitt pers i stöt med 70kg.

I klass -94kg lyfte Benjamin hem ett silver när han lyfte 165kg totalt. Vann gjorde Anton Mårtensson Trelleborg med 244kg.

2015-05-24*KM:*

Klubbmästerskap i 5 grenar:

- Ryck.
- Stöt.
- 3-jämfota hopp.
- Kasta kula bakåt
- Max antal styrkefrivänd under 5 minuter.

Resultat KM:

1. William Blomquist
2. David Wannling
3. Per Hallén
4. Jan-Olof Åkesson
5. Tobias Ekvall

2015-06-20*Veteran EM:*

Leif tävlade i klass -105kg och åldersklass 50år och blev 4a med resultaten 70+90=160kg.

Robert tävlade i klass +105kg och 45år och blev 6a med 94+110=204kg.

2015-06-29*SM Sundsvall:*

Jan-Olof tävlade i klass -62kg och blev 4a, 3kg upp till bronset. Men i delgrenen ryck tog Jan-Olof brons.

Herrar 62 kg

Namn	Klubb	Födelseår	Vikt	Ryck	Stöt	Sammanlagt
Bilal Al-Husseini	Landskrona AK	930724	58,83	92	110	202
Martin Zung	Upsala TK	710727	60,13	80	80	173
David Lantz	Nora TK	990521	58,66	75	91	166
Jan-Olof Åkesson	Jönköpings AK	671018	61,85	76	88	164

2015-09-15*Veteran VM:*

Inge deltog i åldersklass 65-69år och -94kg. Av 10st startande blev han 6a efter att ha lyft 70+85=155kg.

**2015-09-27***DM:*

Damer:

Shanemae blev 2 i -58kg för seniorer och 1a för både juniorer och ungdomar. Shanemae slog pers när hon lyfte 94kg totalt. Kasey Karlsson blev i samma klass 3 för seniorer. Kasey lyfte i sin allra första tävling 88kg totalt.

Herrar:

I ungdomarnas klass -50kg vann Jesper med Lucas som 2a. Jesper lyfte $22+25=47$ och Lucas $17+21=38$. Jesper slog alla sina pers medan Lucas persade i ryck.

I klass -56kg för ungdomar vann Emilio med $18+23=41$ vilket var nya pers.

I klass -69kg vann Bellmin med 108kg både för ungdomar och juniorer, han slog pers i stöt med 63kg och totalt.

I seniorernas -69kg klass blev Stefan 2a med 192kg, han slog där även Anders Johanssons 16år gamla klubbrekord i ryck med 89kg.

I juniorernas -77kg klass blev Chaiwat 2a och 6a i seniorklassen efter att ha persat med 11kg totalt.

I -85kg klassen för juniorer vann JAK dubbelt tack vare William som vann med 220kg före David med 170kg. Båda två slog samtliga sina personliga rekord, William med 14kg totalt och David med 8kg totalt.

I seniorklassen för -85kg blev William 2a, medans Robert Löthgren blev 3a med 215kg. David blev 5a.

I -94kg för juniorer vann Robert Lindqvist med 245kg. I seniorklassen blev han 2a.

I -105kg tävlade Oscar Bergqvist som slog alla sina pers när han lyfte 160kg totalt, vilket han vann seniorklassen med.

I +105kg tävlade Robert Andersson som med sina 217kg vann.

2015-10-25*Göteborgsmästerskapen:*

På lördagen tävlar damerna samt herrar -56kg, -62kg, -69kg och -77kg. På söndagen tävlade de andra herrklasserna, -85kg och tyngre. Totalt sett kom 67 lyftare till start fördelat på 20 damer och 47 herrar.

I klass -56kg var det bara en deltagare, Anton Sukurica, men han slog personliga rekord med många kg, han lyfte totalt 106kg.

I klass -62kg var det 2st deltagare, båda var från JAK. Jan-Olof Åkesson vann med 160kg och klarade kvalgränsen till SM. Bellmin Jasarevic blev 2a efter att ha slagit pers i både lyften. Han lyfte 96kg totalt.

I -69kg hade vi 3st lyftare som blev 4-5-6. Fredrik Ljungdahl blev 4 med 167kg, Jantha Chaiwat blev 5a med 118kg. Han gjorde bara sin 2a tävling och slog sina gamla pers med många kg. Oscar Sukurica blev 6a men även han slog sina gamla pers efter ha lyft 110kg totalt.

I -77kg hade vi 2st lyftare. Tommy Fors hade problem med en armbåge och avstod därför rycken men stötte lätt 100kg. David Wannling gjorde också sin andra tävling och slog sina gamla pers även han med stor marginal när han lyfte 130kg totalt och blev 7a.

I -85kg klassen hade vi 3st lyftare. Där var det 3st lyftare som delade på bronsplatsen varav 2st från JAK men både förlorade medaljen på kroppsvikten. 4a blev Viktor Bergkvist med 215kg, Robert Löthgren blev 5a med 215kg och William Blomqvist som även han gjorde sin 2a tävling blev 7a efter ha lyft 193kg och persade med 11kg totalt.

I klass -94 var det bara Benjamin Jasarevic från JAK. Han slog pers i båda lyften när han lyfte 154kg totalt vilket han blev 7a på.

Sista JAK lyftare att tävla var Oscar Bergqvist i -105kg. Han blev 4a med 140kg vilket var pers med 10kg totalt.

**2015-11-08***Göteborgsmästerskapen*

Damer:

Kasey deltog i klass -53kg och tog där silver med 97kg totalt, men med samma resultat som segraren. Det skilde bara 0,3kg i kroppsvikt till nackdel för Kasey. Kasey vann dock delgrenen ryck. Hon slog alla sina personliga rekord när hon lyfte $45+52=97\text{kg}$

I klass -58kg deltog Shane och blev där 4:a med 94kg totalt. Hon tangerade sitt personligt totalt med 94kg men slog pers i ryck med 42kg.

Herrar:

I klass -69kg tog Stefan brons med 196kg men med samma resultat som silverplatsen och bara 4kg från guld. Stefan vann delgrenen ryck med 91kg. Stefan slog nya klubbrekord i ryck och totalt med 196kg. Bellmin var anmäld i klass -69kg men vägde över till -77kg klassen som gick på söndag och deltog istället utom tävlan på lördagen. Han lyfte $47+63=110\text{kg}$ vilket var nytt personligt totalt.

I klass -77kg deltog Chaiwat där han blev 5a med 171kg totalt vilket var tangerat pers. Han lyfte $75+96$.

I klass -85kg hade vi 2st deltagare, William och David. William blev 5a totalt och slog alla sina pers. Han lyfte $102+125=227\text{kg}$ vilket även var nya klubbrekord för juniorer i stöt och totalt.

David blev 9a med 3nya personligt när han lyfte $80+100=180\text{kg}$. Det var första gången han stötte drömgränsen 100kg!

Robert deltog i klass -94kg där han blev 6a totalt men där han tog brons i ryck. Han lyfte 240kg totalt fördelat på $120+120$.

I klass -105kg deltog Oscar som tog silver med 160kg totalt. Han slog nytt personligt i ryck med 75kg.

2015-12-05*Klubbmästerskapen*

I lördags hade vi KM som en avslutning på året. Värnamo AK deltog med 1 lyftare, Falköpings AIK med 2st och TLK Lidköping med 2st. Efteråt på kvällen åt vi lite god mat tillsammans. Några klubbrekord slogs under tävlingarna. Kasey slog klubbrekordet i stöt -53kg och William slog klubbrekord i ryck och total både för juniorer och seniorer i klass -85kg.

Damer:

Kasey slog alla sina personliga rekord när hon lyfte $46+56=102\text{kg}$.

Shane slog personliga rekord i stöt och totalt med $41+56=97\text{kg}$.

Herrar:

Lucas slog personliga rekord i stöt o totalt med $17+24=41\text{kg}$.

Emilio personliga rekord i allt med $23+31=54\text{kg}$.

Jesper slog också alla sina personliga rekord med $23+32=55\text{kg}$.

Chaiwat stötte 100kg för första gången! Slog personliga rekord i stöt o totalt. $75+100=175\text{kg}$.

William slog personliga rekord o klubbrekord i ryck o totalt med $106+125=231\text{kg}$.

Robert Löthgren slog också alla sina personliga rekord med $101+121=222\text{kg}$.

David slog alla sina personliga rekord när han lyfte $85+101=186\text{kg}$.

Tommy slog personliga rekord i ryck när han lyfte $79+105=184\text{kg}$

Viktor slog personliga rekord i totalt med $95+125=220\text{kg}$.

Oscar slog personliga rekord i stöt o totalt med $74+92=166\text{kg}$.

Jan-Olof gjorde en lugn tävling med $70+80=150\text{kg}$.

Robert Andersson lyfte $90+125=215\text{kg}$



**Ranking Sinclair 2015**

Damer	Vikt	Sam	Poäng	Ort	Datum
Kasey Karlsson -94	52,80	102	154,33	Jönköping	2015-12-05
Shanemae Sareno -98	56,80	97	138,69	Jönköping	2015-12-05

Herrar	Vikt	Sam	Poäng	Ort	Datum
Robert Lindkvist -98	92,00	251	289,04	Örebro	2015-04-28
William Blomqvist -98	82,65	231	279,99	Jönköping	2015-12-05
Robert Löthgren -88	82,65	222	269,08	Jönköping	2015-12-05
Stefan Holst -82	68,38	196	265,21	Landskrona	2015-11-08
Viktor Bergkvist -93	90,60	220	255,08	Jönköping	2015-12-05
Jan-Olof Åkesson -87	61,85	164	237,59	Sundsvall	2015-08-29
Tobias Ekvall -84	88,30	201	235,83	Jönköping	2015-02-21
Tommy Fors -90	80,10	188	231,66	Jönköping	2015-02-21
Robert Andersson -88	115,50	217	230,09	Olofström	2015-09-28
Fredrik Ljungdahl -92	67,55	167	227,77	Linköping	2015-03-28
David Wannling -97	81,65	186	226,88	Jönköping	2015-12-05
Chaiwat Jantha -97	73,30	175	226,78	Jönköping	2015-12-05
Benjamin Jasarevic -98	95,38	175	198,42	Örebro	2015-04-28
Inge Fälth -48	87,70	160	188,33	Kalmar	2015-01-24
Oscar Bergqvist -91	101,60	166	183,59	Jönköping	2015-12-05
Leif Söderlind -81	103,60	167	183,38	Skara	2015-05-09
Anton Sukurica -00	59,20	117	175,01	Jönköping	2015-02-21
Oscar Sukurica -99	75,20	130	165,94	Örebro	2015-04-25
Bellmin Jasarevic -00	60,10	103	152,36	Jönköping	2015-02-21
Lucas Svensson-04	28,45	38	118,13	Skara	2015-05-09
Jesper Svensson -03	50,70	55	93,12	Jönköping	2015-12-05
Emilio Andrade-Gustavsson -03	52,30	54	89,06	Jönköping	2015-12-05

Juniorer	Vikt	Sam	Poäng	Ort	Datum
Robert Lindkvist -98	92,00	251	289,04	Örebro	2015-04-28
William Blomqvist -98	82,65	231	279,99	Jönköping	2015-12-05
David Wannling -97	81,65	186	226,88	Jönköping	2015-12-05
Chaiwat Jantha -97	73,30	175	226,78	Jönköping	2015-12-05
Benjamin Jasarevic -98	95,38	175	198,42	Örebro	2015-04-28
Anton Sukurica -00	59,20	117	175,01	Jönköping	2015-02-21
Oscar Sukurica -99	75,20	130	165,94	Örebro	2015-04-25
Bellmin Jasarevic -00	60,10	103	152,36	Jönköping	2015-02-21
Lucas Svensson-04	28,45	38	118,13	Skara	2015-05-09
Jesper Svensson -03	50,70	55	93,12	Jönköping	2015-12-05
Emilio Andrade-Gustavsson -03	52,30	54	89,06	Jönköping	2015-12-05

Ungdomar	Vikt	Sam	Poäng	Ort	Datum
Benjamin Jasarevic -98	95,38	175	198,42	Örebro	2015-04-28
Anton Sukurica -00	59,20	117	175,01	Jönköping	2015-02-21
Oscar Sukurica -99	75,20	130	165,94	Örebro	2015-04-25
Bellmin Jasarevic -00	60,10	103	152,36	Jönköping	2015-02-21
Lucas Svensson-04	28,45	38	118,13	Skara	2015-05-09
Jesper Svensson -03	50,70	55	93,12	Jönköping	2015-12-05
Emilio Andrade-Gustavsson -03	52,30	54	89,06	Jönköping	2015-12-05

U-14	Vikt	Sam	Poäng	Ort	Datum
Lucas Svensson-04	28,45	38	189,00	Skara	2015-05-09
Jesper Svensson -03	50,70	55	139,67	Jönköping	2015-12-05
Emilio Andrade-Gustavsson -03	52,30	54	133,59	Jönköping	2015-12-05

Veteraner	Vikt	Sam	Poäng	Ort	Datum
Inge Fälth -48	87,70	160	323,73	Kalmar	2015-01-24
Jan-Olof Åkesson -87	61,85	164	291,29	Sundsvall	2015-08-29
Robert Andersson -88	115,50	217	280,02	Olofström	2015-09-28
Leif Söderlind -81	103,60	167	241,88	Skara	2015-05-09



Verksamhetsplan för 2016

Månad	Datum	Aktivitet
Januari	03-06	Landslagsläger, U17/U20, Bosön
	12	Styrelsemöte
	23	Serieomgång 1
Februari	02	Styrelsemöte
	20	Serieomgång 2
Mars	01	Styrelsemöte
	06	Årsmöte Södra Götaland, Värnamo
	13	Årsmöte JAK
	19	Serieomgång 3
April	05	Styrelsemöte
	16	Distriktsledarkonferans, Örebro
	17	Årsmöte STF, Örebro
	23	Serieomgång 4
Maj	03	Styrelsemöte
	14-15	Ungdoms SM, Bergsjö
	14	Föreläsning Carita Thorén
	21	KM 5-kamp, Säsongsavslutning
Juni	07	Styrelsemöte, ekonomisk genomgång
Juli	06-13	SM-veckan, Norrköping
Augusti	02	Styrelsemöte
	20	Städdag av lokalen
September	06	Styrelsemöte, ekonomisk genomgång
		SM Juniorer
		DM
Oktober	04	Styrelsemöte
	01-08	VM Veteraner, Heinsheim
	22-23	SM Veteraner, Vinslöv
	28-30	NM ungdomar, juniorer, Island
November	01	Styrelsemöte, ekonomisk genomgång
		SDM, Södra Götalandsmästerskap
December	03	KM, Säsongsavslutning
	06	Styrelsemöte