



## PROTOKOLL 2026-1

### Styrelsemöte

Datum: 2026-01-22

Plats: Teams

**Närvarande:** Levi Bergstedt (ordförande), Josephine Werngren (v. ordförande), Sofia Kamlund, Ann Jordebo, Edvin Forslund, Jenny Wahlgren, Patrik Björk och Ola Silvdahl (GS adjungerad).

#### 1 Mötets öppnande

Ordförande Levi hälsade alla välkomna och förklarade mötet öppnat.

#### 2 Dagordningens godkännande

Dagordningen godkändes.

#### 3 Val av justeringsperson

Beslutades att välja Edvin Forslund som justeringsperson.

#### 4 Föregående protokoll

Genomgång och godkännande av protokoll från föregående möte 2025-12-07 (bilaga 1).

#### 5 Beslutsförteckning

Besluts- och projektförteckningen gicks igenom (bilaga 2).

#### 6 Övergripande verksamhet

##### 6.1 Ekonomi

Utfall per 2025-12-31 presenterades av Patrik och Ola. Bokslutet håller på att färdigställas och Ola går igenom några poster i bokslutet.

Budgetprocess för 2026 fortgår enligt plan. Alla äskanden är inkomna och budgeten håller nu på att justeras efter planerad verksamhet för 2026 i linje med Strategi 2030 som beslutades vid det extra årsmötet i december 2025.

Under 2026 ska strategiskt fokus läggas på bl.a. verksamhetsområdet för Arrangemang, och då särskilt event-delen av våra mästerskap. Arbetet med att höja kvaliteten i förbundets arrangemang är inte nytt (med omfattande och värdefullt arbete under tidigare år att bl.a. ta fram handbok för SM-arrangörer, översyn av tekniska och organisatoriska förutsättningar för att genomföra effektiva mästerskap samt utveckla nytt tävlingssystem). Under 2026 kommer arbetet delvis att gå in i en ny, event-inriktad fas, med fokus på att vidareutveckla upplevelsen för deltagare, publik och

samarbetspartners. Målet är att i enlighet med Strategi 2030 stärka sportens attraktionskraft och bidra till ökad tillväxt genom tävlingsverksamheten.

## **6.2 Rapport generalsekreterare**

Ola rapporterar om pågående verksamhet. Just nu är fokus i Olas arbete arrangemang och budget. Det planeras ett arrangemangsmöte i Örebro 21-22 februari med berörda utskott och representanter från förbundsstyrelsen.

## **Verksamhetsområden**

### **7 Tävling/arrangemang**

#### **7.1 Rapport från tävlingsutskottet**

Ann rapporterar från tävlingsutskottet.

#### **7.2 Rapport från tekniska utskottet**

Ann rapporterar från tekniska utskottet.

- Utskottet har beslutat att godkända uppdrag för att fortsätta vara domare är detsamma för 2025 som under 2024, eftersom det funnits olika information publicerat.
- Utskottet har tittat på IPFs regeländringar och givit in inspel till IPF med begäranden om förtydliganden.

#### **7.3 Rapport från antidopingutskottet**

Edvin rapporterar från antidopingutskottet. Utskottet arbetar med kampanjaktiviteter framåt.

#### **7.4 Arrangemang**

Ola berättar om sitt arbete med att utveckla våra arrangemang ihop med några städer som visat intresse för att samarrangera och delfinansiera mästerskapstävlingar tillsammans med förbundet. Det handlar både om nationella och internationella arrangemang.

Styrelsen beslutar att **godkänna** att Ola färdigställer och ger in anbud till EPF för:

- Öppna klassiska EM 2027
- Klassiska J-EM 2028

*Beslutet är villkorat av att tilltänkta samarbetspartners får sina egna budgetäskanden inklusive stöd till förbundet godkända.*

#### **7.5 Regeländringar från IPF**

Patrik redogör för tekniska utskottets frågor till IPF gällande förtydligande om regeländringar (bilaga 3). Detta är inskickat till IPF. Styrelsen diskuterar om det finns andra synpunkter på regeländringarna. Styrelsen är överens om att regelboken bör vara renodlad mot hur lyften får genomföras (eller inte genomföras), men hålla sig ifrån värderingsfrågor. Levi får därför i uppdrag av styrelsen att, parallellt med ingivna tekniska frågor och begäranden om förtydliganden från tekniska utskottet, bereda en mer generell kommentar och värderingsgrundat inspel som kan ges in till IPF specifikt från styrelsen (bilaga 4).

## **8 Elit**

### **8.1 Information från elitutskottet**

Josephine informerar från elitutskottet.

- Utskottet har fått budgetramen för 2026.

- Tomas Ring har installerats som landslagsansvarig för veteranlandslaget.

#### 8.1.1 Utländskt deltagande i landslaget

Styrelsen har fått en fråga om deltagande i landslaget för utländsk medborgare. IPFs by-laws föreskriver att atleten måste varit stadigvarande i landet i 6 månader (om man inte har pass) för att få representera landslaget. Ola har utrett hur det ser ut i andra sporter.

Styrelsen kommer att besluta i frågan under vecka 5.

#### 8.1.2 Förändringar i veteranernas uttagningsprinciper

Tomas Ring har initierat en arbetsgrupp kring förändringar i veteranlandslagets uttagningsprinciper. Styrelsen har mottagit Tomas förslag på förändringar (bilaga 5) och har inget att invända mot att förändringarna genomförs.

## 9 Para

### 9.1 Information från parautskottet

I helgen är det SM i parabänk tillsammans med SM för alla andra kategorier.

## 10 Marknad

### 10.1 Information om diskussion med samarbetspartner

Styrelsen fortsätter arbetet med att hitta fler samarbetspartners till förbundet.

## 11 Kommunikation och media

### 11.1 Information från redaktionsutskottet

Jenny rapporterar från redaktionsutskottet.

## 12 Övriga frågor

### 12.1 Strategi 2030 och verksamhetsplan

Strategi 2030 behöver kommuniceras på hemsidan. Den behöver även implementeras i verksamhetsplanen så att det kan följas upp.

### 12.2 Begravning av Leif Josefsson

Förbundet är representerade via Patrik Björk på begravningen av Leif Josefsson. Förbundet sänder sina tankar till Leifs närstående.

## 13 Nästa möte

Beslutades att kommande möte skall hållas enligt följande:

Datum:	Plats:	Tid:
2016-03-18	Teams	19:00-21:00
2026-04-25	Örebro	09:00-18:00
2026-04-26	Örebro	10:00

## 14 Mötet avslutas

Vid protokollet:  
Sofia Kamlund

Mötesordförande:  
Levi Bergstedt

Justeras:  
Edvin Forslund

Protokollsbilaga 3:

Frågor till IPF 260110

Page 10 & 25:

The text ending with “shoulders back” has been deleted. Is this correct, or is it still mandatory to pull the shoulders back? The text has not been deleted on page 25.

Page 11:

Which card (blue or yellow) shall be presented by the referees if the lifter has the barbell placed in the wrong position at the start and/or the end of a squat?

Page 12 & 25:

According to the Rule Change Proposal Explanations, it appears to be permitted to allow the bar to sink into the chest during the descending phase. Have we understood this correctly?

Page 13 & 19:

Is it permitted to use a combination of a non-supportive long-legged singlet and knee wraps in an equipped competition? Please clarify.

Page 15:

The lifter in the picture on the right is not wearing a T-shirt. Please replace with another picture.

Page 19:

Is it permitted to use long socks when wearing knee sleeves?

Page 19:

Headline “Headwear”, item no. 3:

The last sentence refers to wrist wraps and should be moved to the headline "Wraps" on the same page.

Page 21:

Headline "Squat", item no. 5:

How shall referees act if a lifter does not follow the rule "Walk through the front of the rack"?

- First offence?
- Second offence?

Page 22:

Text above the picture: Remove "but not obligatory".

Page 22:

Headline "Bench Press", item no. 1:

How shall referees act if a lifter does not follow the rule "Enter the rack from the head side"?

Is the same rule applied for both entering and exiting the rack?

- First offence?
- Second offence?

Page 25:

Headline "Deadlift", item no. 5:

How shall referees act if a lifter does not follow the rule "Step away over the bar"?

Is the same rule applied both before and after the lift?

- First offence?
- Second offence?

Page 28:

Headline “Weighing-in”, item no. 5:

Does “barefoot” mean no shoes and no socks?

Is the use of paper tissue on the scale mandatory for hygiene reasons?

How shall referees act if an underweight lifter uses light clothing to reach the correct bodyweight for the class?

This rule may cause problems for both underweight and overweight lifters. Please clarify.

Page 37:

Headline “Referees”, item no. 15:

How shall this rule be applied when a weight class is divided into two groups competing at different times or on different platforms?

Using the same referees or jury is not always possible. However, the same referees should follow the same lifters throughout the entire competition when possible.

This paragraph should be divided into several paragraphs for clarity.

Page 41:

Headline “World and International Records”, item no. 2h:

This paragraph is unclear and should be removed.

At record attempts, the lifter always follows him-/herself when granted a re-attempt. Please refer to page 30, headline “Order of Competition”, paragraph h.

Page 48:

Headline “Coach Responsibilities”:

The wording “under the influence of alcohol and drugs” should be in bold text.

Pages 42–46:

Delete all text referring to Classic lifting.





Protokollsbilaga 4:

# FEEDBACK ON IPF TECHNICAL RULES 2026—2030

Swedish Powerlifting Federation

The Board of Directors of the Swedish Powerlifting Federation welcomes the opportunity to comment on the proposed updates to the IPF Technical Rules. Our comments are deliberately framed at a general and strategic level (whereas the Swedish Technical Commission has submitted separate feedback on judging-related and technical matters, which we fully respect as their remit).

Our perspective here is different: it concerns the long-term attractiveness, accessibility, and legitimacy of powerlifting as a sport for participants, viewers, and commercial partners.

Powerlifting is, at its core, a remarkably simple sport. A barbell is lifted under clearly defined conditions, and the outcome is binary: a lift is good or not. This simplicity is one of the sport's greatest strengths. It makes powerlifting easy to explain, easy to follow, and emotionally compelling both for those who compete and for those who watch.

Against that background, the Board wishes to raise a perceived concern that the overall direction and level of detail in the technical rules risk working against that strength.

Without entering into technical evaluation, several changes appear to focus on regulating how lifters move, enter, exit, express emotion, or present themselves, rather than on what is strictly necessary to ensure fair, safe, and transparent competition. Rules governing how an athlete approaches or

Hemsida:	<a href="https://www.styrkelyft.se">https://www.styrkelyft.se</a>
Telefon:	010-4507170
Epost:	<a href="mailto:kansli@styrkelyft.se">kansli@styrkelyft.se</a>
Adress:	Karlgatan 28, 703 41 Örebro

---

leaves the bar and/or the platform, how positive and negative emotions are constrained, or how personal items such as jewelry are regulated with reference to “security,” may be well-intentioned. However, taken together, they risk shifting attention away from the lift itself and toward matters of form, optics, and conduct that are peripheral to sporting achievement and may be very important to the “performance” of the sport.

From the Board’s perspective, this raises a broader question of principle:

*What rules are truly necessary to protect fairness, safety, and integrity—and which rules primarily seek to manage appearances?*

Elite sport is inherently emotional. The moments immediately before and after an attempt are often where tension, relief, disappointment, or triumph are most visible. These moments are not noise; they are part of what makes sport human, relatable, and engaging. Excessive regulation of such expressions risks sanitizing the sport in ways that neither serve participants nor enhance the experience for spectators.

This concern is compounded by the current structure and presentation of the technical rulebook itself. A sport of relative mechanical simplicity is today governed by a dense document of considerable length, written in language that is often difficult to follow even for experienced insiders. For athletes, coaches, spectators, and potential partners, the threshold to understanding “how the sport works” risks becoming unnecessarily high.

From a participation perspective, complexity and perceived rigidity can be discouraging—particularly for new lifters or for those transitioning from other federations or (strength) sports. From a viewer perspective, unclear or overly prescriptive rules make it harder to follow competitions intuitively and to understand decisions in real time. From a partner and sponsor perspective, clarity, consistency, and narrative flow are essential to building value, trust, and long-term engagement.

At this stage, the Board limits itself to raising this concern at a general level. However, we wish to signal that we believe this issue deserves broader and

---

more fundamental attention going forward. In our view, there is a strong case for a comprehensive review of the technical rules with two parallel objectives:

**1. Substantive review:**

Identify which rules are genuinely required to ensure fair, safe, and transparent competition—and which do not materially contribute to those aims or to the sport's attractiveness.

**2. Structural and communicative review:**

Rewrite retained rules for clarity, consistency, and accessibility; improve language quality and structure; and consider whether the rules should be presented in differentiated formats. One possible approach would be to distinguish between:

- a participation-focused rule set aimed at athletes, coaches, and the general public; and
- a referee- and organiser-focused rule set covering detailed officiating and event-hosting requirements.

Such an approach could preserve technical rigor where it is needed, while simultaneously lowering barriers to entry, improving spectator understanding, and strengthening the sport's appeal to commercial partners.

The Swedish Powerlifting Federation wants to continue contributing constructively to the development of international powerlifting. We raise these reflections not as criticism of individual rule changes, but as an invitation to step back and ask a fundamental question that we believe is shared by many member federations:

*What is truly necessary to maximize participation, viewer engagement, and partner value—while staying faithful to the essence of the sport?*

We look forward to discuss this further, for example during the coming general assembly.

## Justering av kriterier för uttagning av veteranlandslaget 2026

Vi håller på att se över kriterierna för att bli uttagen till veteranlandslaget.

Många lyftare tävlade på SM 2025 enligt gällande regler för att kunna bli uttagna till veteranlandslaget 2026, och har räknat med att ha en plats 2026 då de haft högst ranking och uppfyllt villkoren.

Vi kommer därför att göra en justering nu för mellanåret 2026, och återkomma så snart som möjligt med de regler som gäller för att bli uttagen 2027.

Då vi vill uppmuntra alla veteranlyftare att delta i RM och SM och våga lasta rekordvikter, använda utrustning fullt ut och slåss om medaljer så kommer det att räcka med ett deltagande i SM som grundkrav, kravet på ett godkänt resultat tas bort helt.

I uttagsomgång 1 för landslagen 2026 tas de lyftare som deltagit på ett SM 2025 ut enligt tidigare riktlinjer.

I uttagningsomgång 2 så fyller vi på med lyftare som lämnat intresseanmälan och deltagit i 2026 års SM/RM enligt nedanstående.

### **RM i utrustat styrkelyft 2026 kommer att kunna användas för att** uppfylla

kravet på att ha deltagit i ett SM för:

Veteran-EM UTR SL i Pilsen, maj 2026 (obs! intresseanmälan stänger före RM går)

Veteran-VM i UTR SL i Reno, oktober 2026

Bänk-VM i UTR BP i Polen, maj 2026

Bänk-EM i UTR BP i Litauen, augusti 2026

### **likaså kommer SM i bänkprens 2026 att**

kunna användas för att uppfylla kravet på att ha deltagit i ett SM för:

Bänk-VM i KLBP och UTR BP i Polen, maj 2026

Bänk-EM i KLBP och UTR BP i Litauen, augusti 2026

### **Av samma anledning så kommer Veteran-SM i KLSL 2026 att kunna**

**användas för** att uppfylla kravet på att ha deltagit i ett SM för:

Veteran-VM i KLSL i Reno, oktober 2026

Bänk-EM i KLBP i Litauen, augusti 2026

# Detta är ett elektroniskt undertecknat dokument

---

Underskrifterna i detta dokument uppfyller kraven för Avancerad Elektronisk Underskrift enligt definitionen i eIDAS (EU:s förordning 910/2014).

Äktheten kan kontrolleras i alla tjänster som kan validera underskrifter som godkänts av Myndigheten för digital förvaltning (DIGG). Använd till exempel valideringstjänsten [Signport](#). För validering med Adobe Acrobat Reader, [läs mer här](#).

Notera, om dokumentet skrivs ut på papper följer de elektroniska underskrifterna inte med och kan därför inte valideras.

Följande personer har genom sin elektroniska underskrift godkänt innehållet i detta dokument samt försäkrat att angivna uppgifter är korrekta.