NM 2015

NORGESMESTERSKAP I BRYTING

GRATIS
Les alt om mester-skapet

NM-MAGASINET

Velkommen til Norgesmesterskap og Landsstevne

THON HOTELS
Sponsor og stevnehotell

SELVAAG BOLIG
Offisiell hovedsponsor

Arrangørklubb

NM 2015
NORGESMESTERSKAP I BRYTING

Velkommen til NM og Landsstevne

Da er tiden kommet! Norges beste brytegutter og brytejenter skal kåres. Det vil bli oppturer, sportslig glede og mestringsfølelse, men til tider også litt tårer og frustrasjon – alt som hører med til et mesterskap, og som gjør idretten vår så spennende!

Innhold

Leder ..... side 3
Ordføreren ønsker velkommen ..... side 4
Hilsen fra arrangørklubben ..... side 7
Velkommen til Lørenskog ..... side 10
Se mesterskapet live på NM-TV ... side 14
Mesterskapsprogram ..... side 16
Vi er Lørenskog Bryteklubb ..... side 20
Ta turen til Lørenskog Cup ..... side 26
Bryting - en historisk idrett ..... side 30
Mattekanten ble til ..... side 33
Lørenskogs NM-tropp ..... side 34
Deltagerlister ..... side 36

NM-magasinet 2015
Magasinet er en éngangsutgivelse for Norgesmesterskap og Landsstevne i bryting Lørenskog 6.-7. mars 2015

Redaksjon og formgiving:
Mads Pedersen, Lørenskog B.K.
Bidragsytere: Gard Haglund, Åge Tovan, Ove Gundersen, Chris Borg og Mads Pedersen
Trykk: Printbox AS **Opplag**: 350

Copyright: Tekster og bildemateriell kan ikke publiseres uten tillatelse

Norgesmesterskap, kampsport og kameratskap

Hei, og velkommen til NM-magasinet og ikke minst til Lørenskoghallen og til Norgesmesterskapet og Landsstevnet. Igjen møtes bryte-Norge for å kåre sine beste gutte- og jentebrytere. Vi ønsker alle klubber, både de som tilhører nærområdene og de som har reist langt, hjertelig velkommen.

Lørenskog Bryteklubb er stolte av å få arrangere årets mesterskap og dette er det største arrangementet vi har holdt i klubbens historie siden VM i 1987. NM-styret har jobbet jevnt og trutt siden tidlig høst med planlegging samt å knytte til oss sponsorer og arrangementspartnere. Vårt mål har vært å skape et mesterskap i et format som faller i smak, ikke bare hos våre viktigste gjester i dag – de som skal ut i kamp på brytemattene – men også hos lagledere, publikum og supportere. I tillegg ønsket vi å skape et mesterskap vi som arrangørklubb kan være stolte av.

Våre unge utøvere i G/P-12 og G/P-15 er viktige for fremtiden til norsk bryting, og derfor ønsker vi å gjøre vårt beste som arrangør. Vi håper at alle her i dag, og deg som leser dette magasinet, vil sitte igjen med gode minner, uavhengig av hvordan det gikk på brytemattene.

For noen vil garantert glise på vei ut av stevnehallen, med gullmedalje rundt halsen, eller medalje av annen gjev valør. Og andre vil kanskje være litt skuffet over hvordan kampene gikk. Vårt håp er likevel at alle er veldig glade for at de deltok og at de fikk en flott dag med sine klubbvenner, og kanskje nye venner fra andre klubber.

Og det siste er viktig. Som med andre kampsporter ser vi også et godt miljø innen bryting! Kameratskap knyttes på tvers av klubber og man møtes på stevner både som konkurrenter og venner!

Lykke til i Norgesmesterskapet og Landsstevnet alle sammen!

Hilsen NM-styret
Lørenskog Bryteklubb

Ordføreren ønsker velkommen

Åge Tovan, ordfører i Lørenskog

Velkommen til Lørenskog. Velkommen til NM i bryting for G/P-15 og Landsstevnet for G/P-12!

Jeg vet at Lørenskog Bryteklubb ser det som en anerkjennelse og ære og bli tildelt et så stort og viktig stevne. NM 2015 er det største arrangementet Lørenskog Bryteklubb har tatt på seg i nyere tid. De har jobbet med dette siden sommeren og har planlagt en storstilt turnering med masse trøkk og entusiasme, lyd og lys, underholdning og selvfølgelig masse fin bryting. De har bestemt seg for å sette spor i bryte-Norge. Dette gleder et gammelt brytehjerte som fortsatt banker for brytesporten!

Jeg er stolt av Lørenskog Bryteklubb som jeg har fulgt helt siden jeg kom til Lørenskog i 1977 fra brytebyen Kristiansund. De startet som en avdeling i Oslo Bryteklubb og ble senere egen klubb. Med en fantastisk stå-på-vilje og et godt samarbeid mellom Lørenskog Bryteklubb og Lørenskog kommune ble «bryteloftet» en realitet. Det ga klubben en fast tilhørighet med glimrende treningsforhold i Skårerhallen.

Jeg vet av egen erfaring hvor mye denne idretten, med gode voksenpersoner, kameratskap og tilhørighet har betydd for barn og ungdom i et positivt oppvekstmiljø. Miljøet har fungert som et verksted for selvtillit for barn og ungdom i Lørenskog-samfunnet. Jeg vil hevde at bryte-Norge er som en stor familie som holder sammen. Du blir som regel kjent med de du bryter med, ledere og dommere. Jeg hevder av erfaring at det er ikke mange idretter som er som bryting der kjennskap gir vennskap.

Det er stor aktivitet i Lørenskog Bryteklubb for tiden. Bryteskole og fulle partier, turer og stevner, samt at de også har arrangert Sumo-NM og snart kommer også den årlige Lørenskog Cup.

Lørenskog bryteklubb betyr mye for mange i Lørenskog samfunnet. Jeg gleder meg og ønsker alle brytere, ledere, dommere, foreldre/foresatte og alle brytevenner velkommen til Lørenskog.

Jeg har selv deltatt på landstevne i bryting tre ganger samt ett junior-NM, og vet at det kribler ekstra godt i magen når man skal ut på brytematta i et mesterskap. Lykke til på matta alle sammen!

Med vennlig hilsen

Åge Tovan

Nå kan alle følge mesterskapet på NM-TV. Les mer på side 14.

Del dine NM-opplevelser!
#nmbryting2015

GRASROT ANDELEN

Støtt Lørenskog Bryteklubb med din Grasrotandel! Les mer på side 39.

Salg ved Selvaag Bolig AS

Stian Møller Karlsen
stmk@selvaagbolig.no
900 78 712

Christine Løwø Johnsen
clj@selvaagbolig.no
951 72 353

SELVAAG BOLIG

Selvaag Bolig er hovedsponsor for Norgesmesterskapet og Landsstevnet i bryting 2015.

Tønnsberg Lyd & Lys er offisiell teknisk partner for Norgensmesterskapet og Landsstevnet 2015

Hilsen fra arrangørklubben

Hei alle sammen

Endelig er tiden kommet, utrolig hvor fort tiden går! Det er nå snart et år siden vi takket ja til dette arrangementet og flere hundre timer er lagt ned i forberedelsene som jeg håper alle kommer til og få glede av.

Det er jo her det starter; det å vinne i de yngre klasser gir mersmak og lysten til og bli en enda bedre bryter.

Med en dråpe flaks, en god dag, litt hell med trekningen – ja, alle kan oppnå et bra resultat i et NM og Landsmesterskap! Dette er dagen vi alle har ventet på og jeg kan love, her blir det liv!

Lørenskog Bryteklubb er en ung klubb, mange husker oss kanskje best fra 80-tallet! Mye har skjedd siden den gang, det har vært mange nedturer og oppturer, noe jeg tror de fleste klubbene kjenner seg igjen i. Men noe av det beste med idretten vår, og det å drive klubb, er vennskapene som kommer, blant aktive, blant foreldrer, måten ting fungerer uansett alder og nivå, det blir som en stor familie, alle hjelper hverandre, store som små! Gleden som kommer når ting går bra, tårene som triller når man ryker på en tøff match, alltid så er vi der for hverandre og støtter opp.

Personlig har jeg drømt om å holde et mesterskap og nå har tiden kommet, men uten gjengen som nå danner Lørenskog Bryteklubb hadde dette ikke vært mulig. Jeg er utrolig stolt av og kunne dele min lidenskap sammen med denne gjengen og vil takke for all tid dere har lagt ned!

Til slutt vil jeg også takke alle samarbeidspartnere og sponsorer, dere har stilt opp for idretten vår og nå er tiden inne for å vise dere hva vi har stelt i stand.

Stor takk også til alle klubber, aktive, lagledere som har tatt turen til Lørenskog fra alle deler av vårt langstrakte land. Og ikke minst en stor takk til dommerne som utrettelig stiller opp på stevner og mesterskap!

Sist, men ikke minst, ønsker jeg alle aktive, jenter og gutter, lykke til med kampene – måtte den beste vinne!

Chris Borg
Leder, Lørenskog Bryteklubb

Bilia Lillestrøm presenterer

Volvo V60 plug-in-hybrid

Summum utstyrsnivå til 0,-

Skift til verdens første luksus diesel Plug-in Hybrid som også kjører på elektrisitet. Kjør daglig opptil 50 km med null utslipp, i den samme bilen som komfortabelt kan krysse kontinentet i astigheter opptil 230 km/t med en rekkevidde opptil 900 km. **Bilpris fra 499.900,-**

Vis frem denne annonsen og få et tilhengerfeste til 0,- ved kjøp av ny Volvo V60 plug-in-hybrid.

Tilbudet er gyldig til 31.03.2015. Kan ikke kombineres med andre tilbud. Illustrasjonsfoto. Avbildet bil kan ha ekstra-utstyr som avviker fra kampanjen. Forbehold om trykkfeil.

Alt som gjelder Volvo. Og litt til.

Ring oss på telefon 08555
Nå oss døgnet rundt via chat på bilia.no eller facebook.com/bilianorge

Oslo/Akershus: Follo, Fornebu, Jessheim, Lillestrøm, Økern
Buskerud: Drammen, Gol, Hønefoss
Hedmark/Oppland: Gjøvik, Hamar, Kongsvinger, Lillehammer

bilia

Gullsponsor Norgesmesterskap og Landsstevne 2015

100% trykk!
www.printbox.no

Digitaltrykk med fokus på kvalitet

Printbox leverer det meste innen grafisk produksjon, og er spesialister på digitaltrykk med fokus på kvalitet og leverings-dyktighet. Vi holder til i moderne lokaler på sentrumsnære Lysaker.

Vi er gullsponsor og trykkleverandør for Norgesmesterskap og Landsstevne i bryting 2015. Blant annet magasinet du nå holder er trykket hos oss. Vi ønsker Lørenskog Bryteklubb lykke til med arrangementet og alle et godt mesterskap!

Ønsker du et godt tilbud kan du besøke oss på **www.printbox.no** eller ringe **450 21 268**.

printbox

Gullsponsor Norgesmesterskap og Landsstevne 2015

Bildet viser nye Lørenskog Hus med festplassen i forgrunnen. Foto: L2 arkitekter

Velkommen til Lørenskog

Tekst: Gard Haglund, kommunikasjonssjef i Lørenskog Kommune og Mads Pedersen, Lørenskog Bryteklubb. **Foto**: Nicolaas Kuipers

●● Kommunen du nå besøker kjennetegnes kanskje først og fremst av at den både har sin urbane del, men også har utallige naturopplevelser å by på. Med mange muligheter innen shopping, kulturtilbud og friluftsliv er Lørenskog et populært sted særlig for barn og småbarnsfamilier. Resisetiden til Oslo sentrum er kun 15 minutter med tog, buss eller bil og Gardermoen er kun en halvtime unna. Les mer om vår kommune på de neste sidene.

Lørenskog er urbant og landlig på samme tid.

Marka har mange turruter å by på.

Gode skimuligheter og lysløyper i Lørenskog.

Mailand videregående skole stod klar i 2008 med en kapasitet på 800 elever

35.100
Antall innbyggere i Lørenskog

24,5 %
Antall barn og unge 0-18 år

62 %
Markas andel av totalt areal

Historien om Lørenskog

Lørenskog betyr «grenseskogen mot leireheimen». Lørenskog er en innlandskommune i Akershus fylke. Per 1. januar 2015 har Lørenskog kommune en befolkning på 35 100.

I 1908 ble Lørenskog etablert som egen kommune skilt ut fra Skedsmo. Skogen og sagbruket var næringsgrunnlaget for godseierkulturen i sør, jordbruket var fundamentet for bygdekulturen i midten og industrien og handelsnæringen i Oslo-området var grunnlaget for forstadskulturen langs jernbanen og hovedvegene i nord.

Mens de to andre kulturene gradvis svant hen, fortsatte forstadsbebyggelsen å vokse til den nå helt dominerer inntrykket av Lørenskog. De som flyttet inn arbeidet stort sett i Oslo. For dem ble Lørenskog muligheten til å realisere drømmen om eget hus, fjernt fra leiegårdene på Oslos østkant, der flesteparten kom fra.

En nær parallell til denne utviklingen fant i samme tidsrom sted i Bærum, først i østre og senere i vestre Bærum. Her var det riktignok mer bemidlede folk fra Oslos vestkant som flyttet inn. Men i begge kommunene har ønsket om å bevare en identitet som bygd i kontrast til storbyen Oslo lenge stått sterkt.

Arbeidsmarkedet vokser

I Lørenskogs historie har det også ligget et spenningsforhold mellom ønsket om å gi rom for industri og næringsliv med solide og mange arbeidsplasser på den ene siden, og å gi rom for gode og trygge bomiljøer, for rekreasjon og friluftsliv på den annen. Dette har ikke alltid vært lett å forene, men resultatet er likevel at Lørenskog nå har nesten like mange arbeidsplasser som yrkesaktive.

Etter hvert har interessen for å få etablert industriarbeidsplasser skiftet til handels- og servicenæringer. Med etableringen av Sentralsykehuset i 1960 kom Lørenskog for alvor på kartet som lokaliseringssted for arbeidsplasser. Fra å være en stor utpendlingskommune gir Lørenskog i dag mange arbeidsplasser både for Oslofolk og for folk fra nabokommunene. Beliggenheten på aksen Oslo-Lillestrøm-Gardermoen og ved motorvegnettet gjør kommunen attraktiv for en rekke virksomheter, spesielt for transportbedrifter.

Jernbanen går gjennom sentrale deler av kommunen.

Parkliv i Kjennparken foran Lørenskog Rådhus.

Vasshjulet i Losby formet Lørenskog kommunevåpen.

På slutten av det 20. århundre har mye av Lørenskogs identitet blitt knyttet til den sterke handelsnæringen i kommunen. Lørenskog er blitt et sted hvor folk fra både Groruddalen og Romerike drar for å fylle sine handlevogner.

Lørenskog i dag

Lørenskog kjennegnes i dag at vi er en både landlig, men også en urban forstadskommune. Beboere har mange muligheter i forhold til friluftsliv, faktisk består marka av 62% av kommunens areal. De som er glad i jakt og fiske, samt turer i sommer- og vinterhalvåret har mye plass å boltre seg på. Lørenskog har også fine badevann både i marka og i de sentralt bebygde strøkene. I de senere årene er det også bygget ut et stort løypenett for gang og sykkel i de sentrale områdene.

Det urbane Lørenskog

Lørenskog kjennetegnes som sagt i dag av store muligheter innen shopping og handel. Metro senter og Triaden Storsenter er knutepunkter for shoppingglade innbyggere. Men det finnes fortsatt store industribedrifter samt nye A-hus som er en av Lørenskogs største arbeidsplasser.

I tillegg har kommunen hatt stor satsning på Lørenskog Sentrum med utbygging av flere boligblokker, et utbygd Metro senter, rutebilstasjon skoler og parker. Kronen på verket er Lørenskog Hus, det nye prestisjetunge kommunehuset som stod ferdig i 2011. Bygget inkluderer en del kommunale tjenester samt kino, storstue, bibliotek og ungdomsklubben Volt for å nevne noe. Gjennom Lørenskog Hus og en rekke lag og foreninger kan kommunen tilby et rikt kulturliv.

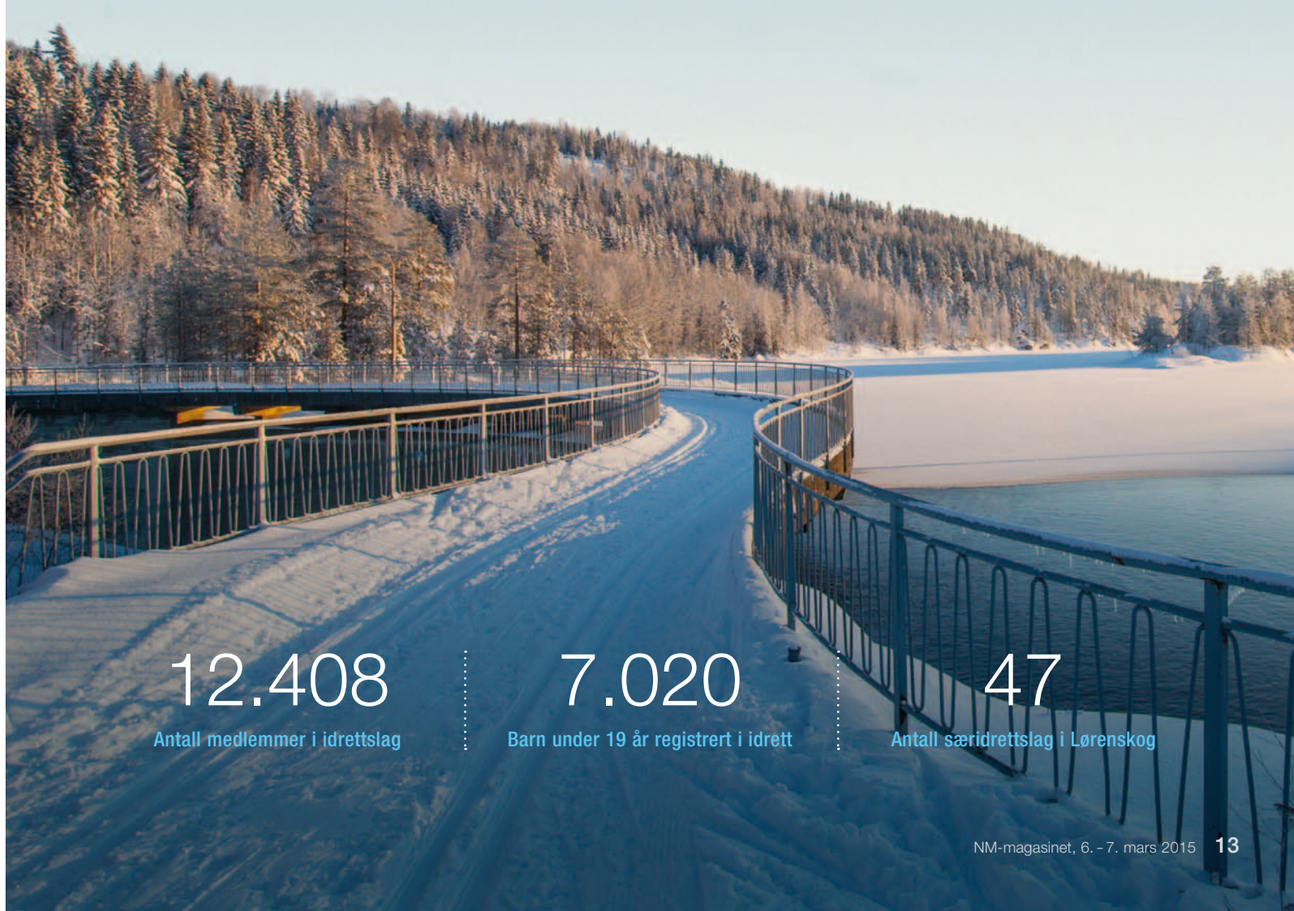
I de senere årene er det også satset tungt i skolesektoren. Kommunen har fått nye barneskoler, oppussede ungdomskoler og nye Mailand videregående skole stod klar i 2008 med en kapasitet på 800 elever. Bebyggelsen i Lørenskog, samt Lørenskog Sentrum, er lokalisert nord i kommunen. Bebyggelsen består av en del blokkområder, og mange nye prosjekt er på trappene, men størstedelen av boligmassen er villa-strøk. Det har gjort Lørenskog til en populær kommune for barn og barnefamilier.

Idretten i Lørenskog

I Lørenskog finner vi et rikt idrettsliv. Over 12.000 innbyggere er registrert i et idrettslag, det vil si ca 34% av alle som bor i kommunen. Idretten er fordelt på 47 særidrettslag innen en rekke idrettsgrener. I kommunen finner vi bl.a. to stadioner, stor ishall, svømmehall, fire idrettshaller, skøytebaner, golfbane og aktivitetssentre. Lørenskog Idrettsklubb (fotball) har fostret mange gode spillere gjennom historien, og Lørenskog Ishockeyklubb har satt kommunen på kartet i hockey-Norge.

Og selvfølgelig er bryting på fremmarsj i Lørenskog!

Lørenskog kommune



12.408
Antall medlemmer i idrettslag

7.020
Barn under 19 år registrert i idrett

47
Antall særidrettslag i Lørenskog

Vi har lansert NM-TV. Nå kan alle følge mesterskapet live fra egen sofa!

Live strømming fra mesterskap er kanskje ikke noe nytt, men NM-TV er en fullverdig TV-sending sammenlignet med tradisjonell strømming. Ring hjem, del nyheten på sosiale medier, og be de du kjenner følge med på NM-TV!

Vi ønsket å prøve en ny løsning

Norges Bryteforbund har en stund tilbudt nettstrømming av Norgesmestesterskapene og andre stevner. Da det har vist seg å være visse tekniske utfordringer med å følge med på disse sendingene ønsket vi i Lørenskog Bryteklubb å gjøre noe helt nytt: Å tilby en mer helstøpt TV-sending fra en profesjonell tv-produsent.

Følg landsstevnet og mesterskapet fra sofakroken

Ved å gå inn på mesterskapets nettsider, **www.lorenskogbryteklubb.com/nm2015** kan man nå følge hele arrangementet uten å være i Lørenskoghallen. Sendingen begynner allerede fra innmars og offisiell åpning.

Under innledende runder blir alle mattene filmet og TV-produsenten vil følge alle kampene live og vise det beste fra matchene. Det blir altså kun én kanal å følge med på og produsenten vil vise action fra alle kampene. Man får altså ikke se alle innledende kamper i sin helhet, men TV-publikummet vil nå oppleve en større underholdningsverdi og de kan følge stevnet i sin helhet uten å bytte mellom flere nettstrømminger. Dette vil altså ligne mer på en tradisjonell TV-sening vi er vant med fra ulike sportsarrangementer.

Finalestevnet live

Etter pauseunderholdningen, som også blir vist på NM-TV, vil det være klart for finalekampene. Her vil TV-publikummet kunne følge alle finalekampene i sin helhet og heie hjemme fra sin egen stue!

Dette er en ny løsning for bryte-Norge og vi håper og tror at dette vil øke underholdningsverdien av å følge et mesterskap live.

Se NM-TV på **www.lorenskogbryteklubb.com/nm2015**

Indielux med som TV-produsent

Teknisk ansvarlig for NM-TV er et nystartet produksjonsselskap med navn Indielux. Selskapet består av Caroline Louise Østevik og Thomas Larsen Otterdal. Disse to har flere års film- og tv-produksjonserfaring og startet Indielux for to år siden. Selskapet produserer live strømming, musikkvideoer, reklamefilm, kortfilm og tv-produksjoner for events. De har blant annet dekket Oslo Games (skating) og håndballkamper for TV2.

Under NM og Landsstevnet kommer Indielux til å stille med et produksjonsteam på seks personer. Stor takk til Eksil Andersen, Vetle Grimstad, Marcus Støren, Ulvar Gansom i tillegg til nevnte Caroline og Thomas.

Vi ønsker Indielux lykke til med sendingen!

Caroline Thomas Larsen Otterdal og Louise Østevik.

Indielux gjør live TV-produksjon.

Indielux

Lørenskog Bil og Caravanservice AS
ønsker Lørenskog Bryteklubb lykke til med arrangementet
Beøk oss på lbcs.no
MECA
Lørenskog Bil & Caravanservice AS

Norvakt
Kameraovervåking & Alarm
tlf: **815 333 88** nett: **www.norvakt.no**

Bronsjesponsor Norgesmesterskap og Landsstevne 2015

Del dine NM-opplevelser på Instagram

#nmbryting2015

Oversikt for Lørenskoghallen

Velkommen til Lørenskoghallen. Dette er en av de større arenaene i Lørenskog kommune med publikumstribune, stor café og store garderober.

Vennligst gjør deg kjent med nødutgangene og husk at publikum ikke har tilgang i blått markert område.

Vi har en flott stevnecafe som du finner ved utgangsområdet og toaletter finner du markert på oversiktet til høyre.

Vi har også en egen stand med spennende loddsalg. Støtt Lørenskog Bryteklubb og vinn flotte premier!

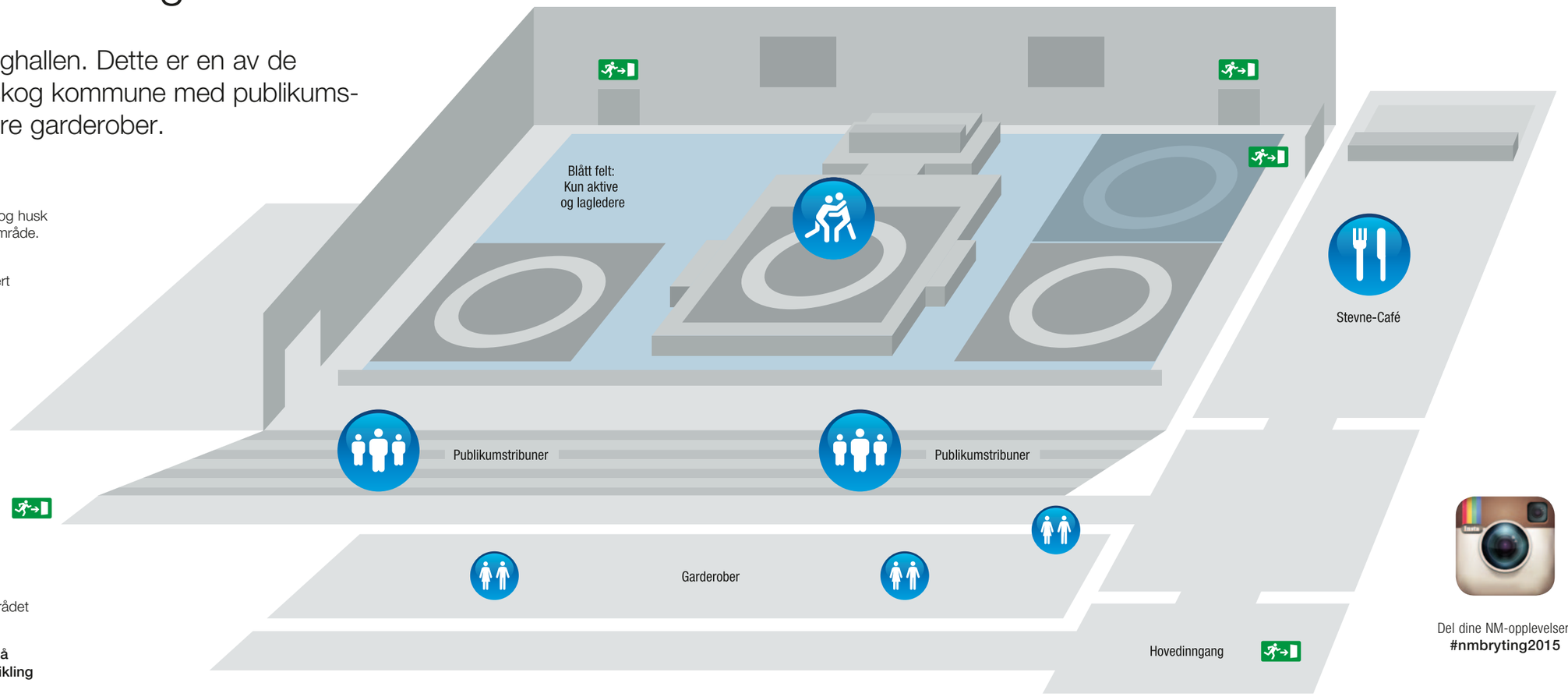
Vi oppfordrer alle på publikumstribunen til å sitte tett og holde bagger og eiendeler tett inntil seg slik at vi får plass til alle sammen!

Under åpningen med innmars/defilering må alle i publikum holde seg på tribunen og ikke gå ut på hallflaten.

Under pauseunderholdningen må alle holde seg innenfor sperringen.

Under stevne har kun arrangør, aktive og lagledere tilgang til det blått markerte området på hallflaten.

Vennligst følg med på kampnummerene på storskjermene slik at vi får en effektiv avvikling av mesterskapet.



Del dine NM-opplevelser!
#nmbryting2015

Mesterskaps-program

Innveiing og legesjekk

Fredag 6. mars – Thon Hotell Triaden

Innveiing og legesjekk vil foregå på vårt offisielle stevnehotell Olav Thon Hotell Triaden, kun 1,5 km fra stevnehallen.

18.00 - 20.30 – Åpen badstue
19.30 - 20.30 – Legesjekk
20.00 - 20.30 – Innveiing

Mesterskapsprogram

Lørdag 7. mars – Lørenskoghallen

08.30 – Dommermøte
08.45 – Lagledermøte
09.00 – Defilering
09.30 – Offisiell åpning
10.00 – Innledende kamper
15.00 – Pause med underholdning
16.00 – Finalestevne
18.00 – Premiering

Er du i publikum og ser bryting for første gang?

Her følger en enkel innføring i bryting som konkurranseidrett:

Bryting er en breddeidrett som øver styrke, selvkontroll og koordinasjon i form av idrettslig kampsport. Slag, spark og kveling er ikke lov. Usportslig oppførsel straffes. Dette er en krevende idrett som stiller krav til både kondisjon, styrke og utholdenhet.

Alle deltagere konkurrerer på likt nivå, det vil si at bryterne er inndelt etter alder og vekt, i tillegg til kjønn.

Kampene i klassene G/P-12 og G/P-15 som konkurrerer i dag pågår over to omganger av to minutter. Bryteren med flest poeng ved kampslutt vinner kampen. Bryteren scorer poeng ved å utføre brytegrep fra stående bryting, for eksempel kast som mare og hodefall samt grep fra liggende bryting (partere), for eksempel rulle.

En kamp vinnes direkte dersom bryteren holder sin konkurent nede med begge skuldre i matta. En brytekamp er intens og kan vare fra noen få sekunder til full kamptid.

ABE BORING AS

ABE Boring (Anleggsdrift brønn og energiboring AS) ble etablert i 2007, og er i dag 12 ansatte. Vi har kontoradresse i Skiptvet, og tar på oss oppdrag i hele landet. ABE Boring kan hjelpe deg med brønnboring, energiboring, horisontalboring, styrt boring, fundamentering og fjellsprengning.

Vi er gullsponsor for Norgesmesterskapet og Landstevnet i bryting og ønsker alle deltagere lykke til!

Besøk oss på
www.abeboring.com

ABE
BORING AS

Gullsponsor Norgesmesterskap og Landsstevne 2015

Royal Distribusjon AS

Royal Distribusjon AS er stolt gullsponsor og hjelper til med transport under NM og Landsstevne i bryting 2015!

Ønsker du å vite mer?
Besøk oss på www.royal-distribusjon.no

Gullsponsor Norgesmesterskap og Landsstevne 2015

Vi er Lørenskog Bryteklubb

Tekst: Mads Pedersen, Lørenskog Bryteklubb. **Foto**: Johan Conradson, Akershus Idrettskrets

Med fjorårets 35-årsjubileum i ryggen er Lørenskog Bryteklubb klar for nye utfordringer! Fra vårt flotte klubblokale, Bryteloftet i Skårerhallen, jobber vi jevnt og trutt med å rekruttere barn og ungdom inn i den fantastiske bryteidretten og utvikle disse. Klubben satser mye på bredden og på de unge, men er også sulten etter gjeve stevne- og mesterskapsmedaljer for våre eldre brytere.

Lørenskog Bryteklubb er en mellomstor bryteklubb i norsk målestokk. Klubben består av ca 40 aktive brytere, de fleste i barn- ungdom- og juniorklassene.

Brytetreningene består av et førsteparti og et hovedparti med ca 20 aktive brytere på hvert parti, fra barn til voksne. Vår hovedtyngde ligger absolutt på de yngre samt ungdom, men det er gledelig å se at også voksne søker tilbake til klubben for brytetrening, selv om de ikke lenger er stevneaktive.

På brytetreningene er det hovedtrener Patrick Malsten som er sjef. I 2012 fikk vi med oss denne unge og kunnskapsrike treneren med bakgrunn fra Norges Idrettsgymnas (NTG). Vi ser nå sportslige resultater og kan vise til flere medaljer i de siste års NM og utenlandsstevner.

Klubben holder treninger fire ganger i uken medregnet egne styrketreninger som er vårt tredje parti. Styrketreningene gjøres i stor grad uten vekter og passer derfor alle aldersgrupper. Disse treningene er blitt populære og vi har fått med mange foreldre i tillegg til bryterne selv. Dette har bidratt til å bygge et godt foreldremiljø der alle er blitt bedre kjent. På fredager tar vi alle gjerne en sosial samling i badstue og basseng etter trening. Medregnet styrkepartiet teller Lørenskog Bryteklubb ca 60 aktive medlemmer på matta.

I tillegg arrangerer vi også bryteskole hver eneste høst for barn i nærområdene. Dette gir et godt bidrag til nyrekrutering, både av barn men også av foreldre inn i klubben. Etter endt bryteskole samles elevene og deres familier til en hyggelig juleavslutning der de unge håpefulle går opp til bryteknappen og inviteres så med til OBKs knøttestevne i desember. I de siste årene har vi også arrangert bryteskole på vårparten.

Fokus på et godt miljø

Det sosiale aspektet har alltid stått sterkt i Lørenskog Bryteklubb, dels fordi vi ikke er noen stor-klubb og dels fordi vi mener at et godt miljø er hjørnesteinen i idrettslig utvikling. Foruten om det sosiale under og etter trening, drar vi på flere utenlandsstevner i året der vi også får med en del foreldre. I tillegg til bryteskolens juleavslutning, avrunder vi også hver sesong med en stor sommerfest i et selskapslokale.

Vi i styret synes det er mye mer morsomt å legge igjen utallige dugnadstimer i klubben når vi også har det gøy sammen utenfor matta. Så vi tror og håper at vi har en god sosial profil i klubben. Mange fornøyde foreldre og familier tyder i alle fall på dette. Lørenskog Bryteklubb vant Lørenskog kommunes breddeidrettpris i 2010.

Lørenskog Cup, dugnader og arrangementer

Som i alle klubber er også Lørenskog avhengig av dugnader. Dette er alt fra loddsalg og gjestetreninger til vår årlige hoveddugnad: Lørenskog Cup. Her har vi jobbet i mange år med å skape et nasjonalt stevne i et profesjonelt format og med godt rykte og god deltagelse. Lørenskog Cup arrangeres årlig i midten av april og vi ønsker stadig større deltagelse, gjerne fra klubber fra vest, sør og nord!

I vårt klubblokale Bryteloftet i Skårerhallen har vi flotte treningsmuligheter og 300 m² med brytematter. Dette er visstnok Skandinavias største sammensveisede matte!

I tillegg har vi tatt på oss andre arrangementer som eksempelvis landslagssamlinger, Interkretsstevnet Nordic Youth Team Competition 2013 og Sumo-NM 2014, arrangementer bryte-Norge har gitt gode tilbakemeldinger på.

Historikk

Lørenskog Bryteklubb ble dannet i 1979 av en utbrytergruppe fra Oslo Bryteklubb. Lokale bryteentusiaster ønsket en egen klubb slik at vi i Lørenskog ikke måtte reise helt til Oslo for å trene. Disse ildsjelene fant vi i familiene Hansen og Fredriksen. Klubben fikk raskt medgang og i løpet av kort tid var 50 medlemmer på matta, og bryteinteressen økte i kommunen.

Lørenskog Bryteklubb etablerte seg hurtig som en av landets ledende klubber med flere kjente navn, og har en lang merittliste med gode plasseringer å vise til. Klubben hevdet seg både nasjonalt og i våre naboland i vår gullalder på 80- og starten av 90-tallet. Under denne tiden økte premiehyllene med mange meter.

På 90-tallet dalte brytingens popularitet, noe som også rammet Lørenskog Bryteklubb. Medlemstallet sank i klubben, men vi kan i dag med glede se at trenden er snudd. Særlig fra 2011 har antall medlemmer stabilt gått oppover. Dette er et resultat av hardt arbeid, mange bryteskoler og ikke minst innsatsen til vår hovedtrener Patrick. Årelang satsning på god informasjon via vår nettside, Brytebloggen og i de senere årene også vår offisielle Facebookside har klart bidratt til oppgangen.

Bilder fra treninger på Bryteloftet.

Våre lokaler - fra gymsal til Bryteloftet

De første årene i klubbens historie hadde vi ikke de beste treningsforholdene. Lokalene befant seg i Løkenåsen skole, noe som begrenset hvor mye klubben kunne vokse.

Snart ble drømmen om helt egne treningslokaler født. I august 1983 ble drømmen til virkelighet. Med hjelp fra kommunen, som stilte lokaler, og midler fra Norges Bryteforbund, Oslo Brytekrets samt mange dugnadstimer kunne Lørenskog Bryteklubb endelig feire innflytting på Bryteloftet i Skårerhallen – som også ble et av landets beste lokaler. Bryterne kunne nå boltre seg på 300 kvadratmeter med fire brytematter og polstrede vegger!

Bryteloftet ble videre renovert i 2002 med nye sammenhengende vegg-til-vegg-matter og skillevegg mellom vektrom og treningshall, og siden har vi hatt små og større oppgraderinger på vektrom, garderobe, fellesrom og styrerom. Vi er i dag godt fornøyd med våre lokaler.

Organisering og styrearbeid

Styret i Lørenskog Bryteklubb består av ildsjeler som alle har vært med i klubben fra de selv var unge samt ivrige foreldre.

Alt arbeid i Lørenskog Bryteklubb er basert på frivillig innsats og ingen tar ut lønn.

Besøk vår nettside og Brytebloggen på
www.lorenskogbryteklubb.com
Følg oss på **/lorenskogbryteklubb**

Nye Vito – nå også med forhjulstrekk

De beste velger ofte det beste. Derfor kan det hende at de som er opptatt av kvalitet i sitt eget arbeide vil sette pris på en kvalitetsbil som kan leveres med 4x4, bakhjulsdrift eller forhjulstrekk.

Helt nye Vito er et stort skritt fremover for alle som setter høye krav. Du får rå komfort, imponerende drivstofføkonomi og overlegen driftssikkerhet. Du føler deg langt tryggere i en bil med bla COLLISION PREVENTION ASSIST, Crosswind Assist, Lane Keeping Assist og ATTENTION ASSIST. Velger du nye Vito kan du fremdeles velge hvordan din drømmejobb skal føles.

Nye Vito fra kr 289.900,- eks. mva.

Kvalitet i arbeid

Pris inkl. lev. Oslo. 4x4 tilgjengelig fra mars 2015.
Forbruk blandet kjøring (med bakhjulsdrift): 0,58 liter pr/mil.
CO2 utslipp: 163 g/km. Importør: Bertel O. Steen AS.

Mercedes-Benz

Bertel O. Steen Vare-Last-Buss AS, Solheimveien 7, 1473 Lørenskog, tlf. 67 92 61 61 – www.vlb.no

Gullsponsor Norgesmesterskap og Landsstevne 2015

NM-film og stevnefotograf: Nannestad VGS tar jobben på strak arm!

Smil til kamera! Linjen for medier og kommunikasjon på Nannestad VGS stiller to filmteam og skal produsere en repotasjefilm/video-kavalkade fra mester-skapet som vi alle kan ha glede av i etterkant.

Prosjektgruppen bak kameraene: Elever fra medier og kommunikasjon. Foto: Mads Pedersen.

Da Norgesmesterskapet og Landsstevnet er et stort prosjekt for arrangørklubben ønsket vi å bevare noen minner fra arrangementet. Vi inviterte MK-linjer på nærliggende videregående skoler for å gjøre et video- og fotoprosjekt; god læring for elevene og mulighet for publisitet for bryting som idrett, og ikke minst: et flott minne for alle som har tatt turen til Lørenskoghallen i dag.

To kamerateam, timelaps og stevnefotograf

Flere videregående skoler syntes dette var et spennende prosjekt, og Nannestad VGS påtok seg oppdraget, noe NM-styret er veldig glade for.

Linjen for medier og kommunikasjon har valgt ut en gruppe på syv elever som skal dekke mesterskapet som et faglig fordyp-ningsprosjekt. Dette utgjør to kamerateam samt et eget prosjekt for timelaps av hele arrangementet, samt en egen stevnefoto-graf. I tillegg vil to faglærere følge prosjektet.

Vi er veldig fornøyd med samarbeidet vi har fått til med Nannestad VGS og er spente på resultatet. Dette er mye arbeid for elev-ene og vi håper på å få levert en ferdig film ca tre uker etter arrangementet.

Videokavalkaden og offisielle stevnefoto vil vi dele med resten av bryte-Norge via våre NM-nettsider samt på YouTube etter arrangementet. Vi håper at alle som deltok på mesterskapet og landsstevnet deler dette på sosiale medier – dette kan bli god publisitet for norsk bryting!

Lørenskog Bryteklubb ønsker elevene Anne Therese Almlie, Cathrine Rendalen Pettersen, Cecilie Frostad, Markus Henriksen, Martin Henrik Kopperud, Sondre Skauen og prosjektleder Johanne Elise Nyen lykke til med produksjonen!

Lørenskog Bryteklubb takker Nannestad VGS for samarbeidet. Foto: Mads Pedersen.

Del dine NM-opplevelser på Instagram! **#nmbryting2015**

Ta turen til Lørenskog Cup 11. april

Et sikkert vårtegn er at Lørenskog Cup står for tur. Stevnet har fått ry på seg for å være godt organisert i et pent format samt å være godt besøkt. Stevnet markerer at sesongen nærmer seg slutten og er en god anledning for siste finpuss på konkurranseformen før Soft Touch i Gøteborg!

Lørenskog Bryteklubb har arrangert Lørenskog Cup kontinuerlig i mange år, men det var særlig fra 2006 vi startet å gjøre grep som var med på å forme det arrangementet vi ser i dag. Det nasjonale stevnet har sitt fokus på de unge fra knøtter og nybegynnere samt alle aldersklasser opp til junior. Vi synes de unge bryterne fortjener et veldrevet stevne som er godt presentert, og dette fokuset har gjort at vi opplever stødig deltakerantall og gode tilbakemeldinger. **Og som alltid: 5.000,- kr til beste klubb.**

Vi tar gjerne i mot flere klubber fra vest-, sør-, og Nord-Norge. Vi kan by på gode priser på overnatting på Thon hotell Triaden, og det er også muligheter for å sove i våre lokaler. Normalt avvikler vi opp mot 300 kamper på fem timer. Stevnet har en kapasitet på 300 deltagere.

Velkommen til Lørenskog Cup 11. april. Invitasjon og nettsider for stevnet finner du på **www.lorenskogbryteklubb.com**

Brytestevne for alle aldersbestemte klasser opp til og med junior samt nybegynnere, bryteskole og knøtt

www.lorenskogbryteklubb.com – Påmeldingsfrist 8. april

Gullsponsor Norgesmesterskap og Landsstevne 2015

Rekrutter gjennom Romerikes Blad

Ved å kombinere avis, nett og mobil kan du treffe potensielle jobbsøkere flere ganger i ulike kanaler og i forskjellig modus. Ved å annonsere ledige stillinger i Romerikes Blad får du også muligheten til å påvirke personer som ikke er jobbsøkere. De passive arbeidssøkerne utgjør den største andelen av arbeidstakere. På Romerike er Romerikes Blad stedet å treffe disse.

Vi skreddersyr løsninger for deg som gir gode betingelser og som sørger for mange treff på annonsene. Sjansen for å finne den rette kandidaten øker ved tilstedeværelse og høy frekvens i flere kanaler.

Bruk av mobil har de siste årene blitt stadig viktigere for forbrukernes mediekonsum, og lesertallene på lesebrett og mobil har hatt en formidabel vekst som følge av dette. Dette gir muligheter til å forsterke kommunikasjonen mot leserne, og treffe leserne i andre tids- og bruksmodus enn avis og desktop. Hele 62 % av befolkningen bruker smarttelefon daglig til å surfe på nettet – sørg for at du treffer dem!

Stillingskarusell
Stilling ledig annonser kommer på stillingskarusell på forsiden av rb.no, nett og mobil.

Ta kontakt for et godt tilbud!

VED SPØRSMÅL OG BESTILLING;
Solveig Rudi Andersen | Key Account Manager
Mobil: 918 34 700 | soan@rb.no

Romerikes Blad

Gullsponsor Norgesmesterskap og Landsstevne 2015

Et historisk tilbakeblikk på bryting

Tekst: Mads Pedersen, Lørenskog Bryteklubb. **Kilder**: www.bryting.no og no.wikipedia.org **Foto**: istockphoto.com

Hele bryte-Norge er nå samlet til NM og landssmesterskap. La oss sammen ta et tilbakeblikk på den flotte idretten vår i et historisk lys. Viste du at bryting er en av verdens eldste idretter og lar seg spore 15 000 – 20 000 år tilbake i tid?

Bryting i forhistorisk tid

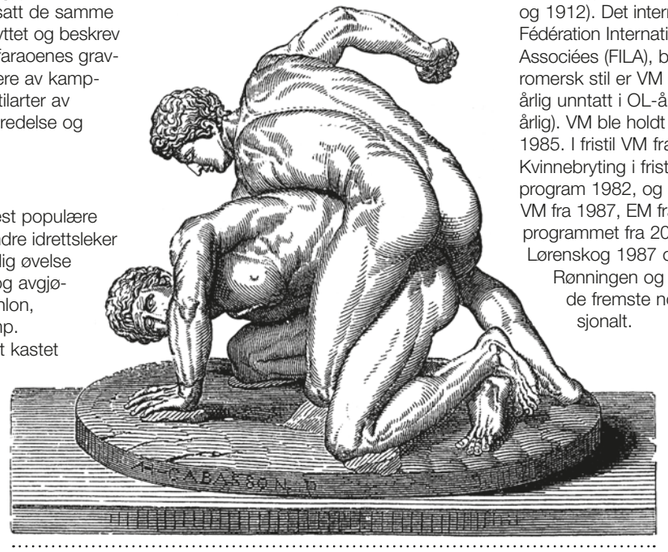
Bryting er enkelt forklart en idrettsgren i form av en tvekamp mellom to utøvere. Den er således enkel og har nok derfor vært en populær form for sport gjennom hele menneskehetens historie. Bryting er derfor regnet som en av de eldste idretter vi har. Helleristninger og hulemalerier, antatt å være 15 000 til 20 000 år gamle funnet i Sør-Europa, viser brytere i de samme posisjoner som under nåtidens OL. Videre ser vi brytegrep, nesten som dagens grep, avbildet på klippemalerier i Egypt fra ca. 3000 f. Kr. I dag brukes fortsatt de samme grepene som egypterne benyttet og beskrev på tempelvegger såvel som faraoenes gravkamre for 5 000 år siden. Flere av kampsportene som regnes som stilarter av bryting, har internasjonal utbredelse og lange historiske røtter.

Bryting i antikkens Hellas

I oldtiden var bryting den mest populære idretten i de olympiske og andre idrettsleker i Hellas, både som selvstendig øvelse og som den siste, viktigste og avgjørende begivenheten i pentathlon, grekernes populære femkamp. Seieren gikk til den som først kastet motstanderen tre ganger i bakken, det var ingen vektklasser. Lister over olympiske brytemestre finnes siden 708 f. Kr. Milon fra Kroton, som vant den olympiske brytekonkurransen seks ganger, regnes som antikkens mest berømte idrettsmann. En annen øvelse var pankration, en kombinasjon av bryting og boksing.

Bryting i nyere tid

Moderne internasjonal konkurransebryting oppstod på 1800-tallet. Som grunnlegger av den gresk-romerske stil regnes franskmannen Jean Broyasse midt på 1800-tallet, fristil ble utformet i USA noe senere. I begynnelsen var brytingen profesjonell og det meste tillatt (catch-as-catch-can). Kamper mellom profesjonelle tungvektere var populære opp til ca. 1910, men profesjonell fribryting slik den drives nå (wrestling), særlig i USA, er ren underholdning uten sportslig innhold. Ca. 1890 ble bryting også amatøridrett, og etter hvert ble det innført vektklasser og begrensning på kamptiden. Bryting har vært OL-gren siden første moderne olympiade i 1896.



Bryting var populært i antikkens Hellas. Bryterne var nakne og kvinner hadde ikke tilgang til arenaene.

Organisering og konkurranser

Bryting i gresk-romersk stil har vært olympisk idrett fra starten 1896 (bortsett fra 1900–04), fristil fra 1904 (bortsett fra 1906 og 1912). Det internasjonale bryteforbundet, Fédération Internationale des Luttes Associées (FILA), ble stiftet 1912. I gresk-romersk stil er VM arrangert fra 1904 (nå årlig unntatt i OL-år) og EM fra 1911 (nå årlig). VM ble holdt i Oslo 1981 og i Kolbotn 1985. I fristil VM fra 1951 og EM fra 1929. Kvinnebryting i fristil ble tatt opp på FILAs program 1982, og det arrangeres offisielt VM fra 1987, EM fra 1988 og på OL-programmet fra 2004. VM ble holdt i Lørenskog 1987 og i Stavern 1993. Jon Rønningen og Gudrun Høie har vært de fremste norske bryterne internasjonalt.

I 2014 skiftet FILA navn til UWW (United World Wrestling), og internasjonal bryting gjennomgår nå et ansiktsløft i alt fra brytematter til brytedrakter for å øke publikumsappellen.

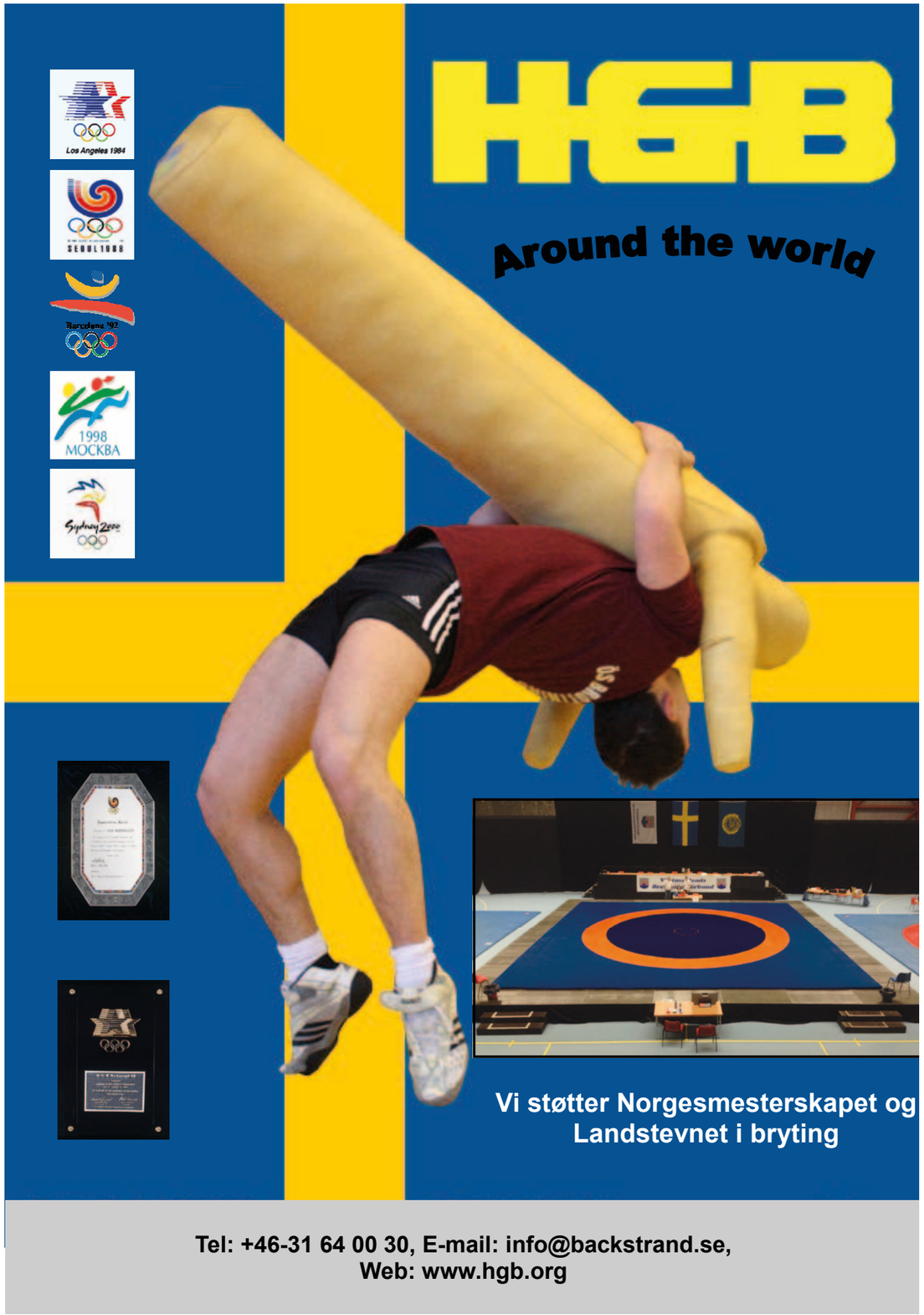
Bryting i Norge og Norden

I Norden var det alminnelig med konkurranser i livtak eller krysstak. Det gjaldt å legge motstanderen på rygg ved å presse ham ned, løfte ham eller på annen måte bringe ham ut av balanse, benkrok var forbudt. I andre deler av verden oppstod det også tidlig spesielle bryteformer som til dels praktiseres ennå. Ofte er dette bryting hvor motstanderens belte eller trøye blir brukt til å feste grep, som i islandsk glíma og sveitsisk Schwingen.

I Norge er bryting utøvd siden 1890-tallet og profesjonelle brytekamper ble populære rundt 1900, særlig var sirkusdirektøren Karl Norbeck en foregangsmann. Amatørbryting ble først organisert 1908–09 i Bergen Atletklubb og i Ørnulf i Oslo. Sistnevnte arrangerte det første amatørstevnet og tok initiativet til dannelsen av Norges Bryteforbund 1913, til 1920 under navnet Norges Atletforbund, hvor også boksing var organisert. Forbundet har ca. 5700 medlemmer (2003) og er tilsluttet NIF, FILA, International Sumo Federation og World Armsport Federation. NM i gresk-romersk stil er avholdt fra 1910, for lag fra 1935. NM i fristil ble arrangert 1948–53. I kvinnebryting ble det første norske stevnet arrangert 1980, offisielt NM fra 1990. Forbundet organiserer fra 1996 også sumo med eget NM, samt NM i håndbakbryting.

Romersk amfiteater var en populær arena for bryting i antikken, her representert ved amfiteater i Tarragona, Catalonia, Spaina.

Sølvsponsor Norgesmesterskap og Landsstevne 2015



Gullsponsor Norgesmesterskap og Landsstevne 2015

Mattekanten ble til

Tekst: Per-kristian Støvring og Ove Gundersen, Mattekanten. **Foto**: Mattekanten

Ove Gundersen og Per-kristian Støvring fra Mattekanten.

I desember 2010 ble mattekanten.no til. Det var undertegnede Ove Gundersen og Per-kristian Støvring (Pekka) som hadde snakket sammen om dette i en årrekke da savnet etter Norges bryteforbunds blad «Bryting» var stort.

Rett før jul i 2010 bestemte vi oss for å lage et webbasert blad, da vi visste at det ville koste alt for mye å trykke bladet på papir og distribuere dette per post. Vi fant det nødvendige verktøyet for å kunne lage et blad formet som et webmagasin da vi ikke ønsket å kun gi ut et PDF dokument som leseren måtte bla seg igjennom.

Navnet og boken

Pekka ga bladet navnet mattekanten.no. Det falt naturlig da vi sammen hadde utgitt boken «På mattekanten» i 2007. Denne inneholdt forøvrig 105 historier av 53 personer over 174 sider. Ny bok er på gang så send inn bidrag!

Et samarbeidsprosjekt

Vi hadde ikke klart dette uten samarbeidspartnere som Tommy Skauen med sine bilder og Svein Haanshuus med sine spesialartikler i tillegg til mange andre bidragsytere. Like viktig har våre sponsorer vært da vi på den måten har fått dekket de nødvendige utgifter til programvare og lagring. I tillegg har støtten gitt oss muligheten til å dekke internasjonale mesterskap uten å bruke for mye av egen lomme.

Fremtiden

Vi regner med å holde på noen år til, men vi er fortsatt avhengig av støtte og samarbeidspartnere, så vi håper på fremtidig støtte også fra nye klubber og firmaer slik at vi kan fortsette å levere kvalitet til dere. Vi er mulig det beste bryterelaterte webmagasinet i Skandinavia, og de andre nasjonene ønsker nok samme kvalitet som Norge.

I fremtiden ville det være ønskelig at Norges Bryteforbund overtar stafettpinnen slik at vi kan få en kontinuitet i produktet. Det kan også bety at andre ting kan bli viktigere i fremtiden.

Mattekanten.no

Ayna Barlie Gundersen har laget logoen til Mattekanten. Nå er det oppdatert med UWW-farger.

På **www.mattekanten.no** finner du alle utgaver av webmagasinet. Følg også Mattekanten på Facebook på **www.facebook.com/groups/mattekanten**

Lørenskogs tropp for NM og Landsstevnet 2015

Brage Sæther, G12-27 kg

Linus Hansen, G12-27 kg

Islam Arskanov, G12-30 kg

Emil Nordlie Karlsen, G12-45 kg

Jonathan Østmo, G12-45 kg

Dani Castellan, G12-50 kg

Kenneth Vikvam, G15-35 kg

Oliver Waagenes, G15-47 kg

Henrik Bergli, G15-66 kg

Jørgen Løkenlien, G15-73 kg

Sander Myrvang, G15-73 kg

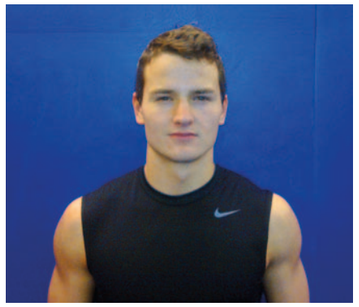
Lørenskog Bryteklubb ønsker sine aktive lykke til i norgesmesterskapet og landsstevnet!

Trenere og lagledere:

Hovedtrener: Patrick Malmsten
Hovedlagleder: Frank Are Andersen
Hjelpelagledere: Egil Kvamme og Elisa Garcia.

Patrick Malmsten, Hovedtrener

Frank Are Andersen, hovedlagleder

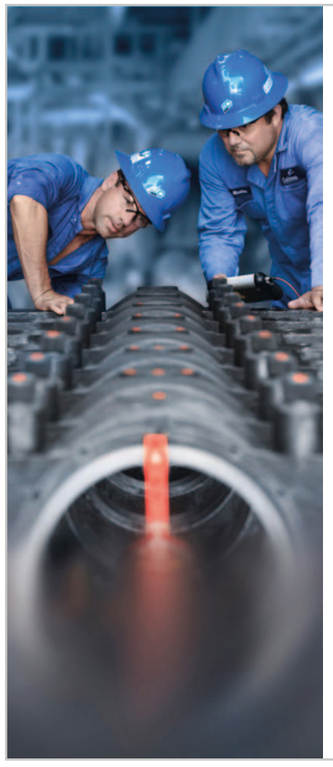


Møt Patrick Malmsten – hovedtrener for Lørenskog Bryteklubb

Høsten 2011 takket Patrick Malsten ja til å bli Lørenskog Bryteklubbs nye hovedtrener med ansvar både for første- og hovedparti. Den da 23 år gamle Patrick var akkurat det klubben trengte: En ung, entusiastisk og energisk trener som kunne forme treningene og bryterne som han ønsket – og han fikk tillit fra styret til å gjøre nettopp så. Dette har ført til sportslige resultater med flere NM-medaljer under alle påfølgende NM, noe som også har vært klubbens mål. Patrick elsker bryting og dette har en tendens til å smitte over på de aktive. Det har vært med på å holde stødige medlemsantall og Lørenskogs hovedtrener er nå trener for to fulle partier.

Patrick har solid erfaring innen bryting. Han har tidligere fungert som trener i Oslo Bryteklubb og NTG og har trenerutdannelsen fra Norges Kampsportforbund.

Del dine NM-opplevelser på Instagram! **#nmbryting2015**



Goltens

Oslo AS

Vi utfører oppdrag både for industri og den maritime næring, blant annet innen sveising, maskinering, overhaling av roterende utstyr samt oppretting med laser.

Besøk oss gjerne på www.goltens.no eller stikk innom oss på Alnabru i Strømsveien 195-197, 0668 Oslo.

Vi ønsker alle sammen lykke til i Norgesmesterskapet og Landsstevnet!

Sølvsponsor Norgesmesterskap og Landsstevne 2015

Deltagerliste Norgesmesterskap G/P-15 og Landsstevne G/P-12

Oppdatert per. 3. mars

Deltagere påmeldt etter denne dato er ikke inkludert i oversikten

G-12

27kg	Noah	Hammer	Bodø Bryteklubb
27kg	Linus	Hansen	Lørenskog Bryteklubb
27kg	Brage	Sæther	Lørenskog Bryteklubb
30kg	Islam	Arskhanov	Lørenskog Bryteklubb
30kg	Simon	Bakkebø	Ålesund Bryteklubb
30kg	Isak Rindal	Braseth	Fauske
30kg	Oliver	Eide	Ålesund Bryteklubb
30kg	Rasmus	Fornebo	Oslo Bryteklubb
30kg	Anders	Jørgensen	Kolbotn IL
30kg	Lasse	Lundby	Sp.kl. av 1909
30kg	Sharifbeck	Rakhimov	Vadsø Atletklubb
33kg	Christoffer	Andresen	Halden Atletklubb
33kg	Magomed	Edaev	Rygge Bryteklubb
33kg	Victor Jairo	Grøneng	Kolbotn IL
33kg	Elias Garseth	Jacobsen	Ålesund Bryteklubb
33kg	Husen	Kamurzaev	Drammen
33kg	Nikolai	Kolin	Bodø Bryteklubb
33kg	Tobias	Larsen	Fauske
33kg	Noah	Lyngvær Heyn	Skedsmo Bryteklubb
33kg	Ibrahim	Mutaliev	Lambertseter Bryteklubb
33kg	Ludvik	Pedersen	Stavanger Bryteklubb
33kg	Truls Nikolai	Storelvmo	Skedsmo Bryteklubb
35kg	Sondre	Olsen	Oslo Bryteklubb
37kg	Henrik	Barstad	Ålesund Bryteklubb
37kg	Jonathan	Bugge	Molde AK
37kg	Lars Sander	Eriksen	Snøgg Bryting
37kg	Benjamin	Hansen	Fauske
37kg	Mads Enger	Johansen	Moss Atletklubb
37kg	Said	Lachinov	Fauske
37kg	Saladin	Lekhal	Sp.kl. av 1909
37kg	Erik	Ljunggren-Kristiansen	Torp IF
37kg	Jens Karlsen	Lunde	Ålesund Bryteklubb
37kg	Aksel	Lunde	Ålesund Bryteklubb
37kg	Kasper	Øverby	Skedsmo Bryteklubb
41kg	Joachim	Bjartveit Jonstad	Urædd Bryteklubb
41kg	Marius	Dalsbotten	Kolbotn IL
41kg	Odin	Karslen	Fauske
41kg	Embret	Ronde	Kolbotn IL
45kg	Mohammed	Algereev	Lambertseter Bryteklubb
45kg	Kornelius	Haraldsen	National, Turn og IL
45kg	Emil Nordlie	Karlsen	Lørenskog Bryteklubb
45kg	Henrik C.	Kran	Skedsmo Bryteklubb
45kg	Jonathan	Østvold	Lørenskog Bryteklubb
50kg	Dani	Castellan	Lørenskog Bryteklubb
50kg	Ludvig Herman	Gunheim-hatland	National, Turn og IL
50kg	Herman	Melby	National, Turn og IL
55kg	Sander Mykland	Andreassen	Urædd Bryteklubb
60kg	Conrad	Fiva	Bodø Bryteklubb
60kg	Albert	Jenssen	Braatt IL

G-15

35kg	Hizir	Dagav	Kristiansund AK
35kg	Ian	Eriksen	AK54
35kg	Vegard	Henden	Braatt IL
35kg	Snorre Harsem	Lund	Sp.kl. av 1909
35kg	Sander W.	Olsen	Fredrikstad BK Atlas
35kg	magomed	Tatarov	Sp.kl. av 1909
35kg	Kenneth	Vikvam	Lørenskog Bryteklubb
38kg	Ismail	Dikajev	Rygge Bryteklubb
38kg	Emil	Hansen	Mehamn IL
38kg	Castro	Lund	Fauske
38kg	Brage	Thorbjørnsen	Stavanger Bryteklubb
38kg	Marcus Solhaug	Wenneberg	Torp IF
42kg	Christian	Andresen	Halden Atletklubb
42kg	Sindre	Enaasen	Braatt IL
42kg	Christian Anker	Eng	Skedsmo Bryteklubb
42kg	Artor Zaitsev	Hagerup	Bryteklubben Tana
42kg	Nicolas	Hansen	Fauske
42kg	Mikkel	Johannessen	Gulset Bryteklubb
42kg	Eskil	Larsen	Fauske
42kg	Erik	Lindesteg	Oslo Bryteklubb
42kg	Robin	Martinsen	Torp IF
42kg	Elias	Moen	Kolbotn IL
42kg	Hermund	Ophaug	Kolbotn IL
42kg	Emil	Pedersen	Stavanger Bryteklubb
42kg	Magnus	Raastad	Skedsmo Bryteklubb
42kg	Sondre	Svarstad	Snøgg Bryting
42kg	Akhjad	Temirov	Drammen
47kg	Truls Valen	Aasland	Urædd Bryteklubb
47kg	Ola	bertheussen	Mehamn IL
47kg	Mathias	Bjørnå	Fauske
47kg	Emil	Dal	Snøgg Bryting
47kg	Brian	Duron	Vadsø Atletklubb
47kg	Bilal	Gastamirov	Skedsmo Bryteklubb
47kg	Fredrik Hasselø	Heide	Braatt IL
47kg	Eirik	Hulaas	Drammen
47kg	Oscar	Kirkeby	Skedsmo Bryteklubb
47kg	Kristoffer	Pettersen	Urædd Bryteklubb
47kg	Ola Runeson	Rasmussen	Trondheim Bryteklubb
47kg	Vetle Loftaas	Røstvær	Kolbotn IL
47kg	Martin	Solhaug Standal	Bodø Bryteklubb
47kg	Olav	Stranna	Braatt IL
47kg	Mats	Wenaas	Braatt IL
47kg	Oliver	Wågenes	Lørenskog Bryteklubb
53kg	Øivind	Arnesen	Kolbotn IL
53kg	Ruben	Bertheussen	Mehamn IL
53kg	Steinar	Bjørndal	Kolbotn IL
53kg	Gilani	Dzortov	Vadsø Atletklubb
53kg	Lars Erik	Frantzen	Lambertseter Bryteklubb
53kg	Magnus	Grønvik	Braatt IL
53kg	Andreas Sende	Hansen	Bryteklubben Tana
53kg	Sander Isnes	Høegh	National, Turn og IL
53kg	Sivert Leinan	Johansen	Bodø Bryteklubb
53kg	Kristian	Lundeng	Fauske
53kg	William	Myhre Arvesen	Urædd Bryteklubb
53kg	Birk	Narvhus	Lambertseter Bryteklubb
53kg	Håkon Johan	Nydal	Bodø Bryteklubb
53kg	Mathias	Næss	Narvik Atletklubb
53kg	Alexander	Olsen	Narvik Atletklubb
53kg	Mathias	Olsen	Fauske
53kg	Brede	Pedersen	Lambertseter Bryteklubb
53kg	Henrik	Pihler	Moss Atletklubb
53kg	Abubakar L.	Ramzanovtsj	Sp.kl. av 1909
53kg	Tobias Krå	Simonsen	Fredrikstad BK Atlas
53kg	Marcus	Worren	Lambertseter Bryteklubb
59kg	Nicolai	Aasvang	Tønsberg Kameratene
59kg	Isa	Bersanov	Vadsø Atletklubb
59kg	Sondre A.	Burø	Klæbu Bryteklubb
59kg	Daniel	Einemo	Lørenskog Bryteklubb
59kg	Kristian Vestvik	Fjell	Stavanger Bryteklubb
59kg	Njål	Høie	Braatt IL
59kg	Kristoffer	Mikalsen	Bodø Bryteklubb
59kg	Mohammed L.	Ramzanovtsj	Sp.kl. av 1909
59kg	Marius	Rønninghaug	Braatt IL
59kg	Kordian	Zuraw	Sp.kl. av 1909
66kg	Vegard	Aagesen	Klæbu Bryteklubb
66kg	Henrik	Bergli	Lørenskog Bryteklubb
66kg	Samet	Cetin	Drammen
66kg	Preben	Engdahl	Braatt IL
66kg	Max	Granholm	Fauske
66kg	Simon Kuraas	Johnsen	Narvik Atletklubb
66kg	Sander N. Bøe	Mathisen	Hammerfest Bryteklubb
66kg	Exauce	Mukubu	Tønsberg Kameratene
66kg	Denniz	Sanner	Oslo Bryteklubb
66kg	Benjamin S.	Sjøstrand	Lambertseter Bryteklubb
66kg	Alessandro	Vidonis	Lambertseter Bryteklubb
73kg	Ruben Elias	Been	Moss Atletklubb
73kg	Ramin	Bolouri	Moss Atletklubb
73kg	Mathias	Gunther	Braatt IL
73kg	Jørgen	Løkenlien	Lørenskog Bryteklubb
73kg	Sander	Myrvang	Lørenskog Bryteklubb
73kg	Trygve	Pedersen	Vadsø Atletklubb
85kg	Henning	Bjørnflaten Lindmark	Snøgg Bryting
85kg	Ahmed	Kadyrov	Rygge Bryteklubb

P-12

28kg	Oda Marie	Furunes	Kolbotn IL
28kg	Manuela M.	Hoff	Skedsmo Bryteklubb
28kg	Marion	Stensaker	Skedsmo Bryteklubb
30kg	Inger-lise	Frantzen	Kolbotn IL
30kg	Jannicke Marie	Strømnes	National, Turn og IL
30kg	Anne	Svarstad	Snøgg Bryting
32kg	Kristin Elisabeth	Bye	Klæbu Bryteklubb
32kg	Emma Kristine	Haga	Ålesund Bryteklubb
32kg	Marit	Olaussen	Mehamn IL
35kg	Hedda	Kvåle	Skedsmo Bryteklubb
38kg	Sofie	Abrahamsen	Trondheim Bryteklubb
38kg	Kristine	Haugen	Snøgg Bryting
38kg	Elly-Ann	Hoel	National, Turn og IL
38kg	Vilde Maj	Kjelland-olsen	Kolbotn IL
38kg	Maya Christin	Kristiansen	Skedsmo Bryteklubb
41kg	Silje Helen	Burø	Klæbu Bryteklubb
41kg	Amalie	Garseth Jacobsen	Ålesund Bryteklubb
45kg	Mia	Enger	Trondheim Bryteklubb
45kg	Julie	Granheim	Skedsmo Bryteklubb
45kg	Benedikte	Johansen	Vadsø Atletklubb
45kg	Viktoria	Øverby	Skedsmo Bryteklubb
52kg	Tilde	Moland	Bodø Bryteklubb

P-15

44kg	Julie	Dalsbotten	Kolbotn IL
44kg	Othelie Anette	Høie	Braatt IL
48kg	Maren Oline	Aamodt	Urædd Bryteklubb
48kg	Ingeborg Karen	Jensvoll	Bodø Bryteklubb
48kg	Vilde	Ladstein	Kolbotn IL
48kg	Lily	Morken	Kolbotn IL
52kg	Tora	Aasli	Bodø Bryteklubb
52kg	Kaja	Bergersen	Kirkenes AK
52kg	Sigrid Eivik	Madland	Bodø Bryteklubb
52kg	Aurora	Steel	Mehamn IL
57kg	Sofia	Aak	Kolbotn IL
57kg	Vivian	Bye	AK54
57kg	Pia Andrea	Dahle Kristiansen	Bodø Bryteklubb
57kg	Synne Margrethe	Haagensen	Bryteklubben Tana
57kg	Helle	Letnes Berg	Trondheim Bryteklubb
57kg	Kamilla Mathea	Mogstad	Urædd Bryteklubb
57kg	Nikola	Tomaszewska	Ålesund Bryteklubb
62kg	Marion	Bye	AK54
62kg	Linn Michelle	Kristoffersen	Snøgg Bryting
62kg	Johanne Rønvik	Solstrand	Bodø Bryteklubb
62kg	Hanna	Stenersen	Bodø Bryteklubb
62kg	Vilde Elisabeth	Øye	Ålesund Bryteklubb

187 påmeldte brytere

32 påmeldte klubber

Vektsponsorer

G-12 Vektsponsorer

27kg	Bertram Bil
30kg	Den Lille Branebuttikken
33kg	Thon Hotell Triaden
37kg	Selvaag Bolig
41kg	Rasta Sykkel
45kg	Condis Triaden
50kg	ADC Flis & Bad
55kg	Scaleit
60kg	Explorify
66kg	Anyu Klinikken AS

G-15 Vektsponsorer

32kg	ABK Klimaprodukter
35kg	Oslo Akershus Rørleggerbedrift
38kg	Printbox
42kg	Lilleborg AS
47kg	Welstad
53kg	Condis Triaden
59kg	Rema 1000 Holt Vestvollen
66kg	ABK Klimaprodukter
73kg	Kjølberg Interoptik Lillestrøm
85kg	Fitness Xpress

P-12 Vektsponsorer

26kg	ABE (Anlegsdrift Brønn og Energi)
28kg	Bili avd. Lillestrøm
30kg	PP Norge AS
32kg	ABK Klimaprodukter
35kg	Comet Sport
38kg	Condis Triaden
41kg	Den Lille Barnebuttikken
45kg	Frøknene Olson & Johanesen AS – leverandør av godt vennskap
49kg	Bertil O. Steen
53kg	Bilia avd. Lillestrøm
57kg	HGB Backstrand
62kg	Nordnorsk Brønnboring
68kg	Printbox

P-15 Vektsponsorer

30kg	Rema 1000 avd. Lørenskog
32kg	Royal Distribusjon
34kg	DEBE Pumpar AB
37kg	EBR Elektro
40kg	Fitness Xpress
44kg	Riv & Røsk
48kg	Kiwi Solheim
52kg	Comet Sport
57kg	Frøknene Olson & Johanesen AS
62kg	Condis Triaden
68kg	Goltens

Condis Triaden

Condis Triaden treningssenter ønsker alle lykke til under NM i bryting. Vi tilbyr våre badstuer under innveiingen til mesterskapet.

Beøk oss på www.condis.no/sentre/triaden

Condis treningssenter

Sølvsponsor Norgesmesterskap og Landsstevne 2015

Kontaktinformasjon for NM-styret

Chris Borg
Styreleder og stevneleder

Ansvar: Primus motor, planlegging, tekniske leverandører, sponsorer, stevnehotell.

Tel: 481 14 926

Mads Pedersen
Nest styreleder

Ansvar: Primus motor, planlegging og gjennomføring, kommunikasjon, design og web.

Tel: 408 59 094

Cathrine Hegge
Økonomiansvarlig

Ansvar: Økonomi og budsjett, koordinator, deltager-påmelding og oppfølging

Tel: 466 65 554

Jon Petter Syvertsen
Stevnesekretær

Ansvar: Deltageroppfølging og sekretariat

Tel: 917 31 062

Frank Are Andersen
Ansvar: Stevnecafé og lagleder

Tel: 922 12 682

Gro Langhammer
Ansvar: Sjef for stevnecafé

Tel: 452 28 408

Sponsor og loddkomiteen:

Mohammed Beky
Komiteleder

Tel: 406 96 940

Annie Skogheim
Komitemedlem

Tel: 988 47 570

Greta Hansen
Komitemedlem

Tel: 938 40 695

Støtt Lørenskog Bryteklubb med din Grasrotandel!

Hjelp oss med å skape idrettsglede for barn og unge!

GRASROT ANDELEN

Som alle idrettsklubber trenger vi økonomisk støtte. Det er kostbart og drive klubb, ikke minst når man reiser rundt på stevner samtidig som man må holde de aktives egenandel på et akseptabelt nivå.

Grasrotandelen er en ordning fra Norsk Tipping, hvor du som registrert spiller kan velge ett lag eller én forening som du ønsker å støtte - din Grasrotmottaker. Vi oppfordrer deg til å støtte oss i Lørenskog Bryteklubb. Merk at Grasrotandelen ikke på noen måte går ut over innsatsen eller premien din.

Det er enkelt å registrere din Grasrotandel:

Metode 1:

Ta med ditt spillerkort til en av Norsk Tippings mange kommisjonærer og oppgi org. nr. 993 746 908

Metode 2:

SMS: GRASROTANDELEN 993746908 til 2020 (gratis).
Internett: grasrotandelen.no eller norsk-tipping.no.

Kontaktinfo Lørenskog Bryteklubb

E-post:
post@lorenskogbryteklubb.com
nm@lorenskogbryteklubb.com

Nett: **www.lorenskogbryteklubb.com**
Facebook: **f/lorenskogbryteklubb**
Telefon: **481 14 926 / 408 59 094**

Oslo og Akershus Brytekrets

Oslo og Akershus Brytekrets er samarbeidspartner for Norgesmesterskapet G/P-15 og Landsstevnet G/P-12 2015

www.oabk.no

- idéblad for kortlagere og scrappere

Ett trykk

NORSK STEMPELBLAD AS WWW.STEMPELBLAD.NO

Bronsjesponsor Norgesmesterskap og Landsstevne 2015

PP Norge AS

Sponsor og leverandør for Norgesmesterskap og Landsstevne i bryting!

Medaljer og pokaler for mesterskapet er levert av PP Norge AS

Se vår premiekatalog på www.ppnorge.no

PP NORGE AS
PREMIER & PROFILERING

Sølvsponsor Norgesmesterskap og Landsstevne 2015

Best i det lange løp

TOSHIBA
VARMEPUMPER

Toshiba Daiseikai Polar

- En kraftig varmepumpe med stor kapasitet

Toshiba Daiseikai Polar har vært en bestselger gjennom flere år. Det er en kraftig varmepumpe som utmerker seg med stor kapasitet ved lave utetemperaturer og tilsvarende svært lav minimumseffekt for de milde periodene. Dette er viktig for best mulig strømsparing gjennom hele fyringssesongen.

Daiseikai Polar har et aktivt elektrostatisk plasmafilter for effektiv rensing av luften og fjerner partikler som støv og pollen.

Japanske Toshiba gjør det best i samtlige seks årsvarmefaktor-scenarier, og er dermed en overlegen vinner på dette viktige området.

Samtidig leverer produsenten pumper med gode resultater på varmeeffekt ved lave utetemperaturer.

Forbrukerrådet, mars 2012 ”

Tekniske data

Innedel Utedel		RAS-25SKVP2-ND RAS-25SAVP2-ND	RAS-35SKVP2-ND RAS-35SAVP2-ND	RAS-45SKVP2-ND RAS-45SAVP2-ND
SCOP		4,1	4,0	4,0
Energiklasse		A+	A+	A+
Oppvarming:				
Varmeeffekt nom. (min.-maks.)	W	3210 (500 - 6500)	4220 (500 - 7700)	5530 (700 - 8000)
COP nominell		5,10	4,44	3,76
Tilført effekt nom. (min.-maks.)	W	630 (90 - 1820)	950 (100 - 2330)	1470 (150 - 2510)
Kjøling:				
Kjøleeffekt nom. (min. -maks.)	W	2510 (500 - 3500)	3520 (600 - 4500)	4530 (800 - 5000)
EER nom.		5,12	4,19	3,38
SEER		7,3	6,8	6,4
Energiklasse		A++	A++	A++
Tilført effekt nom. (min.-maks.)	W	490 (100 - 870)	840 (110 - 1370)	1340 (150 - 1820)
Lydtrykk:				
Innedel: min./maks.	dB(A)	27/43	27/44	29/45
Innedel: stillemodus	dB(A)	Ja	Ja	Ja
Utedel: maks.	dB(A)	47	50	50
Elektrisk tilkobling:				
Anbefalt sikring	A	16	16	16

Modell		Polar 25	Polar 35	Polar 45
Ved -7 °C				
Varmeeffekt	W	3770	4330	4620
Effektfaktor	COP	2,58	2,34	2,39
Tilført effekt	W	1460	1850	1930
Ved -15 °C				
Varmeeffekt	W	3000	3440	3570
Effektfaktor	COP	2,38	2,15	2,11
Tilført effekt	W	1260	1600	1690

abk
KLIMAPRODUKTER

EBR Elektro AS

Din elektriker

Vi er sølvsponsor for
NM og Landsstevne
i bryting 2015

Beøk oss på ebrelektro.no

Sølvsponsor Norgesmesterskap og Landsstevne 2015

Debe pumpar

Vi ønsker Lørenskog Bryteklubb lykke til med Norgesmesterskapet og Landstevnet 2015.

Beøk oss på www.debe.se

debe pumpar

Sølvsponsor Norgesmesterskap og Landsstevne 2015

ELKJØP

Sølvsponsor Norgesmesterskap og Landsstevne 2015

Scaleit - Vi veier Norge

Scaleit har vært leverandør til Norsk industri og næringsliv siden 1971. Som Norges eneste fullsortiments vektleverandør kan vi tilby komplette løsninger, og vi vil alltid kunne tilby den tekniske løsning hver enkelt kunde er best tjent med.

Scaleit er stolt sponsor og vektleverandør for NM og Landsstevne i bryting. Vektene du stod på under innveiingen er levert av oss.

Lykke til i mesterskapet

scale it
– Vi veier Norge

Besøk oss på www.scaleit.no

Sølvsponsor Norgesmesterskap og Landsstevne 2015

KRAFT ENERGI & BRØNNBORING AS

Granittveien 10 • Moss og Våler Næringspark • 1592 Våler

KSB

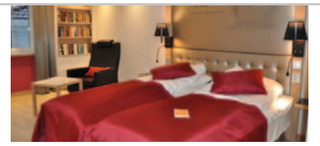
Bronsjesponsor Norgesmesterskap og Landsstevne 2015

Securing your flow GPA

GPA er en av Skandinavias ledende leverandører av rørsystem og komponenter innen flowteknikk.
Vi representerer noen av bransjens ledende varemerker og tilbyr et komplett sortiment i både plast og metall.

GPA Flowsystem AS www.gpa.no +47 64 85 68 00

Sølvsponsor Norgesmesterskap og Landsstevne 2015



IDRETTSPRISER PÅ OLAVSGAARD
- idrettsmenyer og grupperabatt

Vi vet at en god natts søvn kan være avgjørende for vinn eller forsvinn i en konkurranse. Vi vet også at gulvet i selv den beste gymsal i verden ikke kan konkurrere med en ordentlig seng. På Quality Hotel Olavsgaard tilbyr vi idrettspriser på rom m/frokost. **Fra kr 390,- pr. person i dobbeltrom.**
Kontakt oss for tilbud neste gang du skal til Romerike!

It's taken care of

QUALITY HOTEL OLAVSGAARD | T. +47 63 84 77 00 | booking@olavsgaard.no | **choice.no**

Bronsjesponsor Norgesmesterskap og Landsstevne 2015

BYGGTAPETSERER / MALERMESTERFIRMA

as TEPPE salongen

www.teppesalongen.no

MESTER

Miljøfyrtårn®

PHŒNIX CONTACT

INSPIRING INNOVATIONS

Phoenix Contact er stolt sponsor av NM og Landsstevne i bryting.

Besøk oss på **www.phoenixcontact.no**

Sølvsponsor Norgesmesterskap og Landsstevne 2015

OXP støtter Norgesmesterskapet og Landsstevnet i bryting 2015!

Vi har trykket bannerene dere ser på stevnearenaen.

OXP.no

DIGITALTRYKK

STORFORMAT

Besøk oss på www.oxp.no

Sølvsponsor Norgesmesterskap og Landsstevne 2015

fitness.xpress

fitness.xpress er sølvsponsor for Landsstevne og Norgesmesterskap i bryting og ønsker arrangørklubben lykke til med arrangementet!

Les mer på www.fitnessxpress.no

Finn ditt treningssenter i Oslo

fitness.xpress Bislet

Se senteret

fitness.xpress Storo

Se senteret

fitness.xpress Hasle

Se senteret

fitness.xpress Røa

Se senteret

Fra 199,-

Ingen bindingstid

100% Fornøydgaranti

Sølvsponsor Norgesmesterskap og Landsstevne 2015

Rema 1000

Metro Senter, Lørenskog

vi ønsker Lørenskog Bryteklubb lykke til med arrangementet!

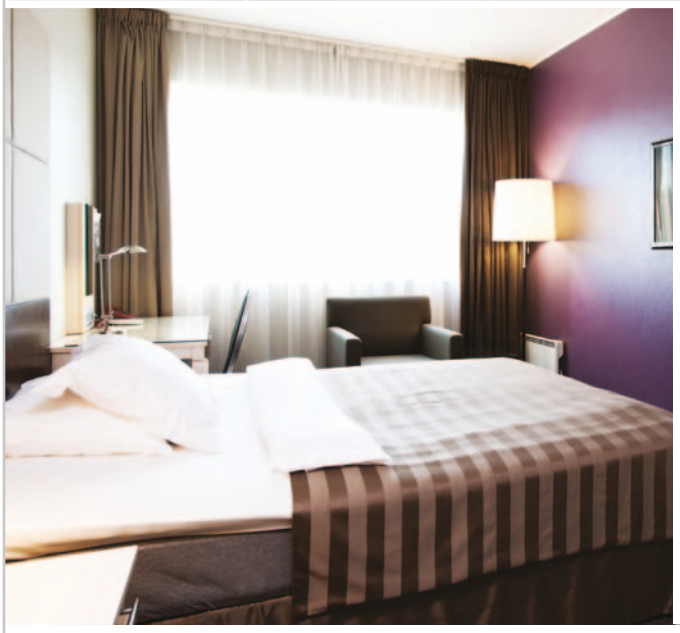
Vi sponser med mat til stevnecaféen slik at alle får seg noe godt å spise under mesterskapet.

Bon appetit!

REMA 1000 Metro Senter
Kulturhusgata 2, 1473 LØRENSKOG
67 90 89 20
Hverdag 08-22
Lørdag 09-19

REMA 1000

Gullsponsor Norgesmesterskap og Landsstevne 2015



Thon Hotel Triaden er stolt sponsor av NM i Bryting 2015 og ønsker Lørenskog Bryteklubb lykke til med arrangementet!

Thon Hotels støtter breddeidretten og har gode priser på overnatting for idrettslag. Kontakt oss på tel: 815 52 400 eller se thonhotels.no/sport for mer informasjon.

THON
Hotel Triaden

Gamleveien 88, 1476 Rasta, tel: +47 67 97 83 30
triaden@thonhotels.no • thonhotels.no

Stevnehotell og gullsponsor for Norgesmesterskap og Landsstevne 2015