



Molde Taekwon-Do Klubb

Kvalitet, trygghet og etikk



Sparebanken Møre



BRUNVOLL



# Årsmelding for Molde Taekwon-Do klubb

## 2024



Glede – Gode verdier – Personlig utvikling – Sosial kompetanse - Prestasjon



## Årsmøtet for 2023

Årsmøte i Molde Taekwon-Do Klubb ble holdt 6. mars på Idrettens Hus med 13 stemmeberettigede med påfølgende trening

**Resultatet av valgene ble:**

Roller	Navn	Periode
<b>Styret</b>		
Leder	Dyre Halse	2024-2025
Nestleder	Marius Flemmen	2024-2026
Styremedlem	Bente Maridal Hoflandsdal	-:-
Styremedlem	Monica Solheimdal	2023-2025
Styremedlem	Sissel Oliv Garseth	-:-
Styremedlem	Eirik Nesje	-:-
Styremedlem – ungromsrepr.1	Beret-Olea Vasseng	-:-
Styremedlem – ungromsrepr.2	Leander Dyrhaug	2024-2026
Varamedlem 1	Siri Vaksvik	2023-2025
Varamedlem 2	Thomas Urdshals	2024-2026
<b>Revisor</b>	Morten Bach Nymo	2024-2025
<b>Valgkomité</b>		
Leder	Gunhild Lindqvist	2024-2025
Medlem	Marit Kirilov	-:-
Medlem	Stig Vasseng	-:-
Varamedlem	Torgeir Haukebø	-:-
<b>Kontrollutvalg:</b>		
Leder	Heidi Røyarhus	2024-2025
Medlem	Bendik Hestad	-:-
Varamedlem	Jøran Lillevik	-:-
<b>Representanter til tinget</b>	Utpekes av styret	

## Styrets arbeide

Det har i styreperioden 2024-2025 vært holdt 4 styremøter, alle som nettmøter.

Av saker det har vært jobbet med kan nevnes:

Økonomisk støtte til utøvere / aktiviteter / ICC kurs, NKF høring kampsport 2.0, delegater til NKF Forbundsting og NTN-kongress (styret står for valg av delegater etter vedtak i årsmøte), rydding /struktur lager, 17. mai tog, plan sosiale arrangementer, NM i Trondheim, etterslep støtte til tidligere landslagsutøvere, sponsorfakturering, lønnsjustering instruktører, kontaktpunkter e-post for MTKD, garderobebruk og lagerskap, plan for ny innredning lagerrom, klubbens årshjul (NIF mal), organisering av ledelse i klubb, salg og utlevering av utstyr, planlegging årsmøte.

Status økonomi/ medlemmer, Daglig leders orientering og gjennomgang oppgaveliste er faste saker på styremøtene. Fra januar 2025 kom også Sportslig leders orientering som fast sak på styremøtene.

Dokumentasjon fra styremøter ligger på MTKD's område på Dropbox.

## Økonomi

Dette har vært andre året vi disponert treningslokaler i nye Idrettens hus. Høy husleie og generell kostnadsøkning i samfunnet gjør at klubben fortsatt har utfordrende tider økonomisk. Redusert antall medlemmer/ medlemsinntekter drar også i feil retning.

Husleien i Idrettens hus er den største økonomiske utfordringen for klubben og vil fortsette å være det i året som kommer med mer prisoppgang. Halleie står for rundt en tredjedel av driftskostnadene. Som følge av at avdelingene på Skåla, Hjelset, Årølia pt. ikke er i drift, har dette gitt litt lavere husleiekostnad totalt.

Årlig støtte fra sponsorer, samarbeidspartnere, spill, Norsk Tipping og Molde- og Aukra kommune er helt sentralt for å opprettholde muligheten for å trene i Idrettens Hus.

Totalt bidro støttebidrag og sponsorer med kr. 764 617.- .Se note 1 i regnskapet for liste over sponsor og støttebidrag.

Daglig lederstillingen har i 2024 vært er uendret i størrelse på 30%. Lønn til instruktører og partiansvarlige ble oppjustert i 2024.

Resultat pr. 31.12.2024 viser et underskudd skudd på kr. 77.569, -. Medlemstallet er redusert i perioden mht. NIF's rapportering som vist nedenfor. Det har vært en markant nedgang (- 17%) på antall medlemmer barn 6-12 år.

Klubben har fortsatt en tilfredsstillende beholdning av likvider og en ordnet økonomi. Det vises til regnskap og balanse for 2024 med noter. Årets underskudd dekkes av reduksjon i egenkapital. Sum egenkapital og gjeld viser kr. 1 426 611.-

## Idrettsregistreringen

Klubben benytter nå et eget system som følger idrettsregistreringen. Via idrettsregistreringen pr. 31.12.2024 har klubben 383 innrapporterte medlemmer. Dette innbefatter alle som har trent og startet.

Alderstrinn	Kvinner					Menn					SUM
	0-5	6-12	13-18	19-25	26-	0-5	6-12	13-18	19-25	26-	
Medlemmer 2012	0	25	20	2	7	0	70	35	3	12	174
Medlemmer 2013	0	31	23	2	10	0	78	39	3	11	197
Medlemmer 2014	0	47	26	7	17	0	114	50	5	23	289
Medlemmer 2015	0	46	28	3	15	1	139	34	8	16	290
Medlemmer 2016	0	56	33	5	20	1	173	54	10	19	371
Medlemmer 2017	0	50	32	5	31	0	140	59	14	32	363
Medlemmer 2018	0	67	25	5	29	0	123	63	4	34	350
Medlemmer 2019	1	93	25	6	38	2	159	60	1	43	428
Medlemmer 2020	4	87	24	9	40	14	159	61	4	41	443
Medlemmer 2021	9	53	19	3	28	18	141	28	2	33	334
Medlemmer 2022	8	63	34	4	41	7	181	41	4	39	442
Medlemmer 2023	12	71	27	5	49	5	159	45	3	43	419
<b>Medlemmer 2024</b>	<b>9</b>	<b>61</b>	<b>29</b>	<b>7</b>	<b>41</b>	<b>11</b>	<b>131</b>	<b>47</b>	<b>4</b>	<b>43</b>	<b>383</b>

### 2024

Kvinner: 147 Menn : 236 Totalt 383

Barn 0-5 år: 20 5-12 år: 192 Ungdom 13-18 år: 76 Voksne + 19 år: 95

Mange er medlemmer i prøveperioder uten betaling. Gjennom året kommer det mange inn- og utmeldinger. Idrettsregistreringen viser tall på det antallet som har trent / vært medlemmer gjennom rapporteringsåret. Ved utgangen av 2024 var det registrert 290 stk. i medlemsystemet.

### **Administrasjon**

Stillingen som daglig leder har siden høsten 2020 vært administrert gjennom kjøp av tjenester fra Vik Sport, med John Sverre Vik i en 30% stilling. Daglig leder gjør medlemsoppfølging, oppfølging av instruktører med behandling av timelister og lønnsgrunnlag, utvikling av medlemsystem, markedsføring på sosiale media og Romsdals budstikke, samt bidratt til å sikre instruktørkabalens og hverdagsdriften for klubben.

### **Endringer MTKD organisering – Ny Sportslig leder**

Høsten 2024 meldte daglig leder om redusert kapasitet til å ivareta alle oppgaver som er tillagt stillingen. Styreleder og klubbens seniorer etablerte en arbeidsgruppe for å se på organisering og evt. omfordeling av oppgaver. Dette arbeidet er ikke ferdigstilt, men Morten Bach Nymo 3.dan. vil fra januar 2025 ta rollen som Sportslig leder i Molde Taekwon-Do klubb [sportsligleder@mtkd.no](mailto:sportsligleder@mtkd.no). I denne rollen vil han som tittelen tilsier ta over sportslig koordinering med oppfølging av instruktører, treningsplaner, informasjon, deltakelse påmelding til turneringer og mesterskap. Oppfølging og oppdatering i medlemsystemet og utsending av informasjon er også oppgaver som må ivaretas.

### **Avdelingene:**

Klubben har fra høsten 2024 lagt ned (satt på vent) avdelingene på Skåla, Hjelset og Årølia. De som trente på disse stedene måtte da gå over til å trene på Idrettens hus i Molde.

En del av nedgangen i antall barnemedlemmer kan nok skyldes at disse lokale treningstilbudene ble lagt ned.

Følgende er ansvarlige på våre aktive avdelinger:

- Molde: Ole Hosen
- Aukra: Torgeir Haukebø
- Julsundet: Torgeir Haukebø

### **Molde Taekwon-Do's Dojang i Idrettens hus**

Hallen fungerer svært godt, har godt med plass, bra luft og lys. Utstyr er ryddet og tilgjengelig. Det har blitt satt opp oppslagstavle. Det vurderes å få utvidet med enda mer opplagsplass, da flere papirlister tapes opp på vegger. Det viser seg at papirlister med påmeldinger gir større effekt for å få med flere på turneringer og arrangement. En må i tillegg melde seg på elektronisk.

Få bruker garderobefasilitetene på Idrettens hus og spesielt ungdommene benytter lageret til å skifte og oppbevare bagger / utstyr under treningen. Det jobbes med å få bedre ryddighet.

Etter branntilsyn har huseier formidlet at vi ikke kan sette sko ute i gangen under trening. Klubben har fått forslag om å bygge en stor skohylle på lageret til bruk under treninger og graderinger, samt benker og knagger.

Skap med drakter, utstyr og bøker for salg har fått struktur og nye lås. Det har vært uryddig og en del svinn som følge av at for mange har kjent til kode for nøkkel. Dette er skjerpet inn og klubben jobber å få plass rollen som materialforvalter / utstyrsansvarlig.



## Sponsorarbeid

Klubben har 2-årige sponsoravtaler med Sparebanken Møre, Istad, Brunvoll og HD Solskjerming. Klubben er en av 10 foreninger i Molde som får en del av overskuddet til databingoen til MAX spill avd. Molde. Hvert år må det søkes til Lotteri- og stiftelsestilsynet. Dette er en svært viktig inntektskilde, men vi ser med bekymring på at det kommer regelendringer som gjør at mye av denne inntekten kan forsvinne frem mot 2026.

**Vi retter en stor takk til våre sponsorer!**

## Kommunikasjon og profilering

Det er 2 sentrale grupper som er aktiv på facebook: Instruktørgruppa for alle og partiansvarlige. Messenger er den mest brukte informasjonskanalen for denne gruppa.

Appen Spond brukes for innkalling og tilbakemelding for oppmøte til treninger.

Det har vært fokus på markedsføring og oppgradering av profil på alle digitale plattformer. All påmelding til gradering har i 2024 gått igjennom påmelding på nett. Dette gjør det enklere å ha kontroll på at alle som melder seg opp til gradering har gyldig medlemskontingent.

MTKD's websider basert på NTN's løsning. Denne er i stadig utvikling og integrasjon mot medlemssystemet er viktig. Det er nå opprettet et eget bildearkiv som kan benyttes på tvers av NTN-klubbene hvis en ønsker illustrasjoner til nyheter m.m. En ikke så mye brukt funksjonalitet er det enkelt medlem sin «Min Side». Denne inneholder en del nyttig informasjon, bl.a. oppmøtestatistikk.

Klubben har hatt stand på Aukradagene med godt besøk og utdeling av informasjon til de som la turen innom. Molde Taekwon-Do deltok med stand på Innflytterdagen på torget i Molde 7. September. Klubben vant premien som



beste stand (av nær 50 utstillere) og fikk mulighet til å profilere oss på scenen med en å gi en liten oppvisning med mønster og spesialteknikk. High-kick stativet på standen ble et blikkfang og trakk mange innom for å prøve. Klubben har også hatt 2 oppvisninger i gymtimer på Tøndergård skole.

Klubben deltok tradisjonelt vis i borgertoget på 17. mai med mange deltakere i alle aldersklasser. Å gå i toget fungerer som svært god PR for å vise bredden og aktivitetene i klubben. Det blir lagt merke til av både foreldre og barn. Utfordring er å få fulgt opp og gitt ut informasjon slik at vi kan fange opp flere til å prøve Taekwon-Do når skolen start opp etter sommeren.



## Medlemssystemet

NTN har ut utviklet sitt eget klubb- og medlemssystem. Dette utvikles videre med ny funksjonalitet. Det er nå kommet krav om at kjernedata som medlem- personinformasjon skal ligge med «master» i NIF sitt medlemssystem (Min Idrett). Det er da utviklet integrasjon med NTN sitt system som er et viktig verktøy for innkreving av treningsavgift for klubben. Innkreving av treningsavgift gjøres med automatisk utsending av VIPPS-krav fra Alle medlemmer må foreta en første VIPPS-registrering for at innkrevingen skal skje automatisk. Våren 2025 vil funksjonalitet for betaling av graderingsavgift følge samme metodikk.

## Sosiale sammenkomster / oppvisning

Klubben har i 2024 hatt noen sosiale sammenkomster. Fjelltur, pizzakveld i ungdomsgruppen og juleavslutning. De voksne har hatt 2 sosiale samlinger på Tapp&kork med pizza og quiz. Det har også dukket opp bursdagsfeiring og kake på treninger.



## Bærekraftsarbeide

Vi har forventinger fra våre 2 hovedsponsorer, Sparebanken Møre og Istad, om at vi arbeider bærekraft i klubben Molde Taekwon-Do klubbe ønsker også å være tidlig ute blant idrettsklubber lokalt i å sette bærekraft på agendaen. Med våre over 300 medlemmer og tilknyttede familier kan vi utgjøre en forskjell på dette området.

Alle treninger, graderinger og mesterskap starter med at vi alle samlet fremsier «elevens ed», der de 2 siste: «Jeg skal bli en forkjemper for frihet og rettferdighet» og «Jeg skal hjelpe til å bygge en fredeligere verden». Instruktørene ber ofte i etterkant at en skal reflektere over det vi nettopp har sagt. Å ta vare på jorda og medmennesker ligger i dypt i kulturen til vår kampsport. Det er vår overordnede strategi for bærekraft.

Taekwon-Do bygger på grunnleggende humanistiske verdier hvor begrep som vennlighet, medfølelse, toleranse, vennskap, samhold, ydmykhet og respekt for andre er viktige elementer. Våre verdier kommer blant annet til uttrykk i våre grunnprinsipper; høflighet, ærlighet, iherdighet, selvkontroll og ukuelig ånd.

## Mål og oppgaver for 2025

Noen utvalgte oppgaver og mål i det kommende året for styre, administrasjon og sportslig ledelse

- Skape en god og trygg arena for alle som har lyst til å trene samt konkurrere (topp og bredde) uansett hvilket utgangspunkt man har som medlem i klubben.
- Sikre positiv medlemsutvikling i alle aktive avdelinger
- Opprettholde plasseringen som 4. største klubb i NTN
- Satse på bredde men også topp for 2-4 landslagsutøvere



- Opprettholde plasseringen som 6. beste klubb i NM
- Opprettholde instruktørrevalueringene samt gjennomføre 2-3 motivatorsamlinger i året.
- Bidra til videreutvikling av regionslagssatsningen.
- Jobbe for økt sosial aktivitet, spesielt i ungdomsgruppa
- Styrke sponsorarbeidet og øke antall sponsoravtaler
- Forbedre innredning på lager
- Forbedre rutiner for varelager
- Markedsføring / oppvisning på skoler for å sikre ny rekruttering av barn
- Fortsatt fokus på god økonomistyring
- Kvalitetssikre og dokumentere administrative rutiner
- Forsterke markedsføring og omtale i sosiale medier
- Være synlig i media / avis – være aktiv med pressemeldinger og bildemateriale

## Sportslig aktivitet

Klubben har høy aktivitet med treningsøkter, samlinger og mesterskap. Våre utøvere deltar også aktivt i regionale mesterskap, nasjonale og internasjonale mesterskap, noe som viser klubbens engasjement og dedikasjon til sporten.



Klubben har hatt 2 utøvere på landslaget og det må vies en spesiell takk til Beret-Olea Vasseng og Solveig Lund Haukebø for å sette klubben på kartet, samt bidra inn for å bygge kultur for nye konkurranseutøvere som kommer opp på sortbeltenivå.

Konkurransепartiet har hatt et positivt år med flere samlinger både i Molde og Ålesund. Det er arrangert jevnligе fredagstreninger. Flere ungdommer samler seg på lokalet og trener ut fra sitt perspektiv med fokus på å være sammen. I 2024 har knøttesparring blitt arrangert på Nordvestmesterskapet i Ålesund og Molde, med stor suksess.

Under NM i Trondheim 2024 fikk Beret-Olea Vasseng prisen for beste junior dame i 2023.



Regionslaget, styrt av Fernando P. Rønneberg og Torgeir Haukebø har fått en positiv utvikling og god stemning blant de som ønsker ekstra trening og konkurranse.

### Instruktører

I 2024 har klubben hatt ca. 20 instruktører, og ca. 14 hjelpeinstruktører. 2 instruktørmøter er kjørt.

### Kurs og samlinger

Følgende kurs er gjennomført i klubben:

Instruktørkurs 1 i januar og november

Instruktørkurs 4 i oktober

6 regions samlinger

Dommerkurs i november – 6 stk. fra MTKD



4 deltagere på Elite Stage i Benidorm i januar  
ICC-kurs Italia Morten Bach Nymo og Monica Solheimdal

### Treningene

Treningene rundt om i hele klubben har hatt godt kvalitet og frafallet har vært som normalt og sånn sett forventet med mange barn.

Det kjøres trening på følgende partier ukentlig:

- Aukra – 1 parti
- Idrettens Hus – 14 partier (inkl. basistreningsparti)
- Julsundet – 3 partier



### Basistrening

Nytt tilbud på treninger mandager på Idrettens hus.

Fra høsten 2024 har klubben vært så heldige å få hjelp av Gunhild Hervik, spesialist i idrettsfysioterapi, til å kjøre ukentlig en halvtimes basistrening med fokus på tøyelighet og kjernemuskulatur. Gunhild har ungdom i klubben og trener selv på voksenpartiet.

### Parapartiet

Per dags dato er det 6 på para gruppen og 1 på 60+. Det er totalt 6 gutter og 1 jente. Det trenes på idrettens hus fra 18-19 på torsdager. Stig Vasseng er partiansvarlig og instruktør sammen med Beret-Olea Vasseng. Åse Flemmen, Jorunn Nesje, Johannes Varberg og Erica Hoflandsdal har fungert som hjelpeinstruktører. Flere av parapartiets medlemmer har vært med på nordvestmesterskap i Hustadvika og NM i Trondheim. I NM kom Emma Halkjelsvik Myrvang på første plass, Steffen Steffen André Holberg på andre plass og Sindre Øyan Hendset på tredje plass.



LM-medaljer til Steffen André Holberg (32, sølv), Emma Halkjelsvik Myrvang (13, gull) og Sindre Øyan Hendset (41, bronse) FOTO: RIGMOR SJAASTAD HAGEN

Vi har fokusert på glede og bevegelse på treningene og klart å skape et godt sosialt miljø. Deltakerne har fått fin omtale i Romsdals Budstikke etter NM i Trondheim.

Det er rom for enda flere deltakere på partiet og for denne utøvergruppen er det potensiale for å hente støtte fra både offentlige og private midler.



## Landslaget

Klubbens landslagsutøvere i 2024:

Beret-Olea Vasseng

Solveig Lund Haukebø

Europamesterskap i Polen:

Gull til Solveig i lagmønster

Bronse til Beret-Olea i lagspesialteknikk

Bronse til Beret-Olea i lagmønster



## Norgesmesterskap



NM ble arrangert i Trondheim 2.-3. November. Når utøverne kommer hjem til Molde med medaljer fra nasjonale og internasjonale mesterskap, så vitner dette om at det gjøres veldig mye bra og riktig i Molde. Kalibreringstesten er NM, og i 2024 ble klubben i våre hjerter 4. beste klubb, etter Trondheim, Røyken og Bergen.

RANK	CLUB / TEAM	1	2	3	
1	TRONDHEIM TKD	21	19	19	59
2	RØYKEN TKD	10	8	10	28
3	BERGEN TKD	9	9	9	27
4	MOLDE TKD	6	3	9	18

Her må det spesielt trekkes frem en sterk prestasjon fra våre utøvere Emma Myrvoll, Steffen Holberg og Sindre Hendset som deltok i paraklassen.

## Klubbens utøvere sitt flotte resultat i NM 2024 😊

10104 HERRE YNGRE JR. SPARRING 2-1 GUP - 1-3 DAN 50-55 KG	2	BASA TEODOR SEBASTIAN	MOLDE TKD	NORWAY
10107 HERRE YNGRE JR. SPARRING 2-1 GUP - 1-3 DAN +65 KG	1	GUSSIÅS JULIAN MEISINGSET	MOLDE TKD	NORWAY
10240 HERRE YNGRE JR. MØNSTER 2-1 GUP	1	BASA TEODOR SEBASTIAN	MOLDE TKD	NORWAY
11150 HERRE JR. SPARRING 2-1 GUP -55 KG	3	TUFTE DAVID	MOLDE TKD	NORWAY
11175 HERRE JR. SPARRING 1-3 DAN 65-70 KG	1	VALDERHAUG KIAN EMIL	MOLDE TKD	NORWAY
12156 HERRE ELDRE JR. SPARRING 2-1 GUP 70-75 KG	3	THORBJØRNSEN MARIO HERVIK	MOLDE TKD	NORWAY
12177 HERRE ELDRE JR. SPARRING 1-3 DAN +75 KG	1	KVARSNES ANFELDT	MOLDE TKD	NORWAY
15183 HERRE SR. SPARRING 1-6 DAN 63-69 KG	3	VESETVIK MURI ELIAS	MOLDE TKD	NORWAY
17290 HERRE VETERAN MØNSTER 1-6 DAN	3	NESJE EIRIK	MOLDE TKD	NORWAY
20107 DAME YNGRE JR. SPARRING 2-1 GUP - 1-3 DAN +60 KG	3	VIGGEN LIVE	MOLDE TKD	NORWAY
21174 DAME JR. SPARRING 1-3 DAN 53-57 KG	2	BJERKAN MIA SOFIE	MOLDE TKD	NORWAY
22176 DAME ELDRE JR. SPARRING 1-3 DAN 61-65 KG	1	VASSENG BERET- OLEA	MOLDE TKD	NORWAY
22177 DAME ELDRE JR. SPARRING 1-3 DAN +65 KG	3	HOFLANDSDAL ERICA MARIDAL	MOLDE TKD	NORWAY
22261 DAME ELDRE JR. MØNSTER 2-3 DAN	3	VASSENG BERET- OLEA	MOLDE TKD	NORWAY
22470 DAME ELDRE JR. SPES.TEK. 1-3 DAN	3	HOFLANDSDAL ERICA MARIDAL	MOLDE TKD	NORWAY
27150 DAME VETERAN SPARRING 2-1 GUP -67 KG	4	NESJE JORUNN ØEN	MOLDE TKD	NORWAY
DEMO PARA 2	1	MYRVOLL EMMA HALKJELSVIK	MOLDE TKD	NORWAY
DEMO PARA 2	2	HOLBERG STEFFEN ANDRE	MOLDE TKD	NORWAY
DEMO PARA 2	3	HENDSET SINDRE	MOLDE TKD	NORWAY

Som tradisjonen tro, så ble resultatene feiret med kake og god stemning i hallen. Vi hadde besøk av Romsdals Budstikke som hadde en flott reportasje om klubben og Beret Oleas prestasjoner





## Graderinger

Klubben har holdt 5 graderingsprosesser.

Fargebelter: April, juni og desember

Sortbeltegradering: Juni og desember

Graderingene har blitt styrt av Ole Hosen 6. Dan,  
John Sverre Vik 5. dan, Torgeir Haukebø 5. Dan  
og Marius Flemmen 4. Dan.



## Dan graderinger (hel dan og del dan)



### 1.dan

Mario Hervik Torbjørnsen  
Teodor Sebastian Basa  
Marit Louise Moltubakk  
Mia Sofie Bjerkan  
Bendik Hestad  
Tomas Amsrud  
Anfeldt Kvarsnes  
Leander Dyrhaug

### 2.dan

David Stige  
Trond Trippestad  
Emilie Andersson  
Solveig Haukebø  
Eirik Nesje  
Erica Hoflandsdal  
Bente Hoflandsdal  
Dyre Halse  
Marit Kirilov  
Beret Olea Vasseng  
Stig Vasseng  
Heidi Røyhus  
Selma van Seben  
Rolf Engelseth

### 3.dan

Morten Bach Nymo

### 5. dan

Marius Flemmen




















## Regionale mesterskap

### Midtnorsk mesterskap 1 Trondheim:

24188 DAME JR.-2 SPARRING 1-3 DAN +61 KG	2	HOFLANDSDAL ERICA MARIDAL
24251 DAME JR.-2 MØNSTER 1-3 DAN	3	VASSENG BERET- OLEA
25251 DAME SR. MØNSTER 1-3 DAN	1	HAUKEBØ SOLVEIG
29491 DAME ALLE JR. SPES.TEK. ALLE GRADER +160 CM	1	HOFLANDSDAL ERICA MARIDAL

### Nordvestmesterskap 1 Vatne:

13041 HERRE JR.-1 SPARRING 4-1 GUP -165 CM	3	BREVIK SIGURD
13042 HERRE JR.-1 SPARRING 4-1 GUP +165 CM	3	PETTERSEN EMRIK
13231 HERRE JR.-1 MØNSTER 4-1 GUP	1	BASA TEODOR SEBASTIAN
14177 HERRE JR.-2 SPARRING 1-3 DAN +75 KG	2	KVARSNES ANFELDT
14251 HERRE JR.-2 MØNSTER 1-3 DAN	3	KVARSNES ANFELDT
14251 HERRE JR.-2 MØNSTER 1-3 DAN	3	DYRHAUG LEANDER
19491 HERRE ALLE JR. SPES.TEK ALLE GRADER +165 CM	1	VALDERHAUG ROBIN AUGUST
24177 DAME JR.-2 SPARRING 1-3 DAN +65 KG	1	HOFLANDSDAL ERICA MARIDAL
24251 DAME JR.-2 MØNSTER 1-3 DAN	1	VASSENG BERET- OLEA
24251 DAME JR.-2 MØNSTER 1-3 DAN	2	HOFLANDSDAL ERICA MARIDAL
25251 DAME SR. MØNSTER 1-3 DAN	1	HAUKEBØ SOLVEIG

10104 HERRE YNGRE JR. SPARRING 2-1 GUP - 1-3 DAN 50-55 KG	2	BASA TEODOR SEBASTIAN	MOLDE TKD	 NORWAY
10107 HERRE YNGRE JR. SPARRING 2-1 GUP - 1-3 DAN +65 KG	1	GUSSIÅS JULIAN MEISINGSET	MOLDE TKD	 NORWAY
10240 HERRE YNGRE JR. MØNSTER 2-1 GUP	1	BASA TEODOR SEBASTIAN	MOLDE TKD	 NORWAY
11150 HERRE JR. SPARRING 2-1 GUP -55 KG	3	TUFTE DAVID	MOLDE TKD	 NORWAY
11175 HERRE JR. SPARRING 1-3 DAN 65-70 KG	1	VALDERHAUG KIAN EMIL	MOLDE TKD	 NORWAY
12156 HERRE ELDRE JR. SPARRING 2-1 GUP 70-75 KG	3	THORBJØRNSEN MARIO HERVIK	MOLDE TKD	 NORWAY
12177 HERRE ELDRE JR. SPARRING 1-3 DAN +75 KG	1	KVARSNES ANFELDT	MOLDE TKD	 NORWAY
15183 HERRE SR. SPARRING 1-6 DAN 63-69 KG	3	VESETVIK MURI ELIAS	MOLDE TKD	 NORWAY
17290 HERRE VETERAN MØNSTER 1-6 DAN	3	NESJE EIRIK	MOLDE TKD	 NORWAY
20107 DAME YNGRE JR. SPARRING 2-1 GUP - 1-3 DAN +60 KG	3	VIGGEN LIVE	MOLDE TKD	 NORWAY
21174 DAME JR. SPARRING 1-3 DAN 53-57 KG	2	BJERKAN MIA SOFIE	MOLDE TKD	 NORWAY
22176 DAME ELDRE JR. SPARRING 1-3 DAN 61-65 KG	1	VASSENG BERET- OLEA	MOLDE TKD	 NORWAY
22177 DAME ELDRE JR. SPARRING 1-3 DAN +65 KG	3	HOFLANDSDAL ERICA MARIDAL	MOLDE TKD	 NORWAY
22261 DAME ELDRE JR. MØNSTER 2-3 DAN	3	VASSENG BERET- OLEA	MOLDE TKD	 NORWAY
22470 DAME ELDRE JR. SPES.TEK. 1-3 DAN	3	HOFLANDSDAL ERICA MARIDAL	MOLDE TKD	 NORWAY
27150 DAME VETERAN SPARRING 2-1 GUP -67 KG	4	NESJE JORUNN ØEN	MOLDE TKD	 NORWAY
PARA	1	MYRVOLL EMMA HALKJELSVIK	MOLDE TKD	 NORWAY
PARA	2	HOLBERG STEFFEN ANDRE	MOLDE TKD	 NORWAY
PARA	3	HENDSET SINDRE	MOLDE TKD	 NORWAY



## Østlandscup 2 Lier:

14177 HERRE JR.-2 SPARRING 1-3 DAN +75 KG

3

KVARSNES ANFELDT

## Midtnorsk 2 Trondheim:

13043 HERRE JR.-1 SPARRING 4-1 GUP -155 CM	2	ØLANDER TRYGVE ÅKVIK
13044 HERRE JR.-1 SPARRING 4-1 GUP 155-165 CM	3	BASA TEODOR SEBASTIAN
13045 HERRE JR.-1 SPARRING 4-1 GUP +165 CM -60 KG	1	GUSSIÅS JULIAN MEISINGSET
13045 HERRE JR.-1 SPARRING 4-1 GUP +165 CM -60 KG	2	BRATLI ASLAK
13045 HERRE JR.-1 SPARRING 4-1 GUP +165 CM -60 KG	3	PETTERSEN EMRIK
13046 HERRE JR.-1 SPARRING 4-1 GUP +165 CM +60 KG	3	WELDE OLIVER STAVHEIM
13231 HERRE JR.-1 MØNSTER 4-1 GUP	1	BASA TEODOR SEBASTIAN
13231 HERRE JR.-1 MØNSTER 4-1 GUP	3	BRATLI ASLAK
14170 HERRE JR.-2 SPARRING 1-3 DAN -70 KG	1	DYRHAUG LEANDER
19490 HERRE ALLE JR. SPES.TEK ALLE GRADER -165 CM	1	BASA TEODOR SEBASTIAN
24251 DAME JR.-2 MØNSTER 1-3 DAN	2	VASSENG BERET- OLEA
24251 DAME JR.-2 MØNSTER 1-3 DAN	3	HOFLANDSDAL ERICA MARIDAL
29491 DAME ALLE JR. SPES.TEK. ALLE GRADER +160 CM	1	HOFLANDSDAL ERICA MARIDAL

## Nordvestmesterskap Farstad:

13231 HERRE JR.-1 MØNSTER 4-1 GUP	1	BASA TEODOR SEBASTIAN
13231 HERRE JR.-1 MØNSTER 4-1 GUP	3	BRATLI ASLAK
13231 HERRE JR.-1 MØNSTER 4-1 GUP	3	WELDE OLIVER STAVHEIM
14146 HERRE JR.-2 SPARRING 4-1 GUP 70-75 KG	1	TUFTE DAVID
14177 HERRE JR.-2 SPARRING 1-3 DAN +75 KG	1	KVARSNES ANFELDT
23042 DAME JR.-1 SPARRING 4-1 GUP +160 CM	3	GABRIELSEN INGRID LAILA
23211 DAME JR.-1 MØNSTER 8-5 GUP	1	SØRFLATEN ELINA
23231 DAME JR.-1 MØNSTER 4-1 GUP	3	VIGGEN LIVE
24176 DAME JR.-2 SPARRING 1-3 DAN 61-65 KG	2	VASSENG BERET- OLEA
24177 DAME JR.-2 SPARRING 1-3 DAN +65 KG	1	HOFLANDSDAL ERICA MARIDAL
24251 DAME JR.-2 MØNSTER 1-3 DAN	1	VASSENG BERET- OLEA
27160 DAME VETERAN SPARRING 1-4 DAN -67 KG	1	NESJE JORUNN ØEN
28211 DAME SR./VETERAN MØNSTER 8-5 GUP	1	SAMPAIO JACKLYN
28231 DAME SR./VETERAN MØNSTER 4-1 GUP	1	LUND HAUKEBØ ANITA
29491 DAME ALLE JR. SPES.TEK. ALLE GRADER +160 CM	1	HOFLANDSDAL ERICA MARIDAL

## Midtnorsk mesterskap 3 Trondheim:

13232 HERRE JR.-1 MØNSTER 2-1 GUP	1	BASA TEODOR SEBASTIAN
14145 HERRE JR.-2 SPARRING 5-1 GUP 70-75 KG	2	THORBJØRNSEN MARIO HERVIK
14178 HERRE JR. SPARRING 1-3 DAN +75 KG	1	KVARSNES ANFELDT
24251 DAME JR.-2 MØNSTER 1-3 DAN	1	VASSENG BERET- OLEA
24251 DAME JR.-2 MØNSTER 1-3 DAN	3	HOFLANDSDAL ERICA MARIDAL
28231 DAME SR./VETERAN MØNSTER 4-1 GUP	2	LUND HAUKEBØ ANITA
28231 DAME SR./VETERAN MØNSTER 4-1 GUP	3	HJELMÅS MONIKA

Molde 10. mars 2024

Styret i Molde Taekwon-Do klubb

---

Dyre Halse  
styrets leder

---

Marius Øverlien Flemmen  
nestleder

---

Bente Maridal Hoflandsdal  
styremedlem

---

Eirik Nesje  
styremedlem

---

Sissel Oliv Garseth  
styremedlem

---

Beret-Olea Johnsrud Vasseng  
styremedlem

---

Monica Solheimdal  
styremedlem

---

Leander Amadeus Dyrhaug  
styremedlem

---

John Sverre Vik  
daglig leder

Dokumentet er elektronisk signert

Electronically signed / Sähköisesti allekirjoitettu / Elektroniskt signerats / Elektronisk signert / Elektronisk underskrevet  
<https://sign.visma.net/nb/document-check/67db0d73-4312-4342-a6f2-3ea1be361bae>

 visma sign  
[www.vismasign.com](http://www.vismasign.com)