

Styrkelyft och bänkpress i allsvenska serien

Ramdala IF arrangerade den 3:e omgången av allsvenska serien i styrkelyft och bänkpress. Efter ett långt sommaruppehåll var det åter dags för styrkelyftsserien att dra igång. På plats denna gång var: TK Trossö, Kalmar AK och arrangörsklubben Ramdala IF.

Denna gång var tävlingen något splittrad då även veteran SM avgjordes samtidigt i Jönköping.

Detta innebar att klubbkompisarna som skulle matcha veteranerna fick tävla på fredagen, och övriga på lördagen. Veteranresultat som skall räknas in i lagprotokollen kommer in under måndagen.

Fredagens bästa resultat blev Ramdalas Jonas Andersson som 74,5 kg tung bänkade hela 180 kg. Detta gör att han är väl kvalificerad för bänkpress SM 2003.

Trossö som har ett nytt ungdomslag på gång, med fem lyftare som är 17 år och yngre gjorde årets bästa serieresultat med 701 poäng. Konkurrenten är hård då laget bara består av tre lyftare. Bäst bland Trossös ungdomar var Erik Hjalmarsson som i klass 90 som persade i alla delmomenten med serien knäböj 140 kg, bänkpress 80 kg, marklyft 165 kg. Detta gav 385 kg sammanlagt och 251p.

Trossö har i år endast en junior: Mattias Nilsson som får dra ett tungt lass i juniorlaget som även det består av tre man. Mattias lyfte sammanlagt 485 kg i kl 82,5, vilket gav 336 p. Övriga platser fick fyllas upp av ungdomslyftarna Erik Hjalmarsson och Henrik Jurvin. Juniorlaget fick 823 poäng.

Lördagens tävling bestod av 18 st. lyftare.

Bäste styrkelyftare blev Ramdalas Håkan Persson som kvalade in till styrkelyfts SM med marginal. Håkans serie blev 285kg i knäböj, 200kg i bänkpress vilket var hans bästa individuella resultat. I marklyft blev det 290 kg och sammanlagt 775 kg.

Ramdala har två mycket duktiga ungdomslyftare genom Henrik Persson i kl 82,5 som Lyfte 557,5 kg sammanlagt, och Dan Magnusson som vägde ett halv kg över sina vanliga klass 67,5. Dan är en bänkpressare av god klass och lyfter lätt dubbla kroppsvikten. Denna gången blev det 142,5 kg och en knapp bom på 150. Tyvärr har Ramdala inget ungdomslag då det fattas en lyftare. Däremot har man ett mycket stabilt juniorlag som efter två omgångar ligger två i juniorserien. Nu fick Ramdala ihop 1182 poäng.

Några veteraner valde att avstå SM .Bäst här blev Kalmars Bernt Larsson med 342 poäng, tätt följd av Trossös Sven Åke Albertsson som satte lite nya veteranklubbrekord och fick ihop 530 kg i kl 90.

När det gäller bänkpress serien kan lyftaren välja mellan att enbart ställa upp i bänkpress, eller lyfta i alla tre grenarna och räkna med bänksresultatet till bänkserien.

Under lördagen var det endast två lyftare som enbart tävlade i bänkpress. Ramdalas junior Kent-Åke Jönsson klämde i med 152,5 kg 67,8 kg lätt.

Ramdalas seniorlag ligger trea i div 1 och Trossö femma i div 2.

Kalmars bästa lyftare blev junioren Björn Andersson som dessutom var debutant.

Björn är en nätt gosse på 131 kg som även tävlar i starkemantävlingar.

Serien för Björn blev 260 kg i knäböj ,170 kg i bänkpress , 270 kg i marklyft och 700 kg sammanlagt.

Nästa serietävling i styrkelyft är årets sista och sammanfaller med DM för Skåne och Blekinge som går i Skurup 12 och 13 oktober.

| Styrkelyft resultat | | | | | |
|----------------------------|---------------------|-----------|-----------------------------|------------|-------|
| Klass | namn | klubb | knäböj, bänkpress, marklyft | sammanlagt | poäng |
| 56 | Kim Ludvigsson | Trossö u | 50+45+80 | = 175kg | 159p |
| 67,5 | Henrik Jurvin | Trossö u | 90+85+120 | = 295kg | 235p |
| 67,5 | Karl Alm | Trossö u | 85+62,5+125 | =272,5kg | 212p |
| 75 | Dan Magnusson | Ramdala u | 170+142,5+167,5 | =480kg | 367p |
| 75 | Stefan johansson | Ramdala v | 175+125+170 | =470kg | 346p |
| 75 | Pierre Norman | Kalmar v | 170+120+190 | =480kg | 348p |
| 82,5 | Henrik Persson | Ramdala u | 212,5+135+210 | =557,5kg | 385p |
| 82,5 | Björn Milesson | Kalmar | 212,5+137,5+210 | =560kg | 383p |
| 82,5 | Patrik Björklund | Kalmar | 170+137,5+215 | =522,5kg | 351p |
| 82,5 | Mattias Nilsson | Trossö j | 180+105+200 | =485kg | 336p |
| 82,5 | Rui Zeng | Trossö u | 77,5+77,5+150 | =305kg | 214p |
| 90 | Jonas Forsmark | Ramdala j | 240+150+275 | =665kg | 430p |
| 90 | Sven-Åke Albertsson | Trossö v | 200+105+225 | =530kg | 340p |
| 90 | Feras Abu isefan | Trossö | 150+145+217,5 | =512,5kg | 327p |
| 90 | Erik Hjalmarsson | Trossö u | 140+80+165 | =385kg | 251p |
| 100 | Torbjörn Eriksson | Ramdala | 245+155+220 | =620kg | 384p |
| 100 | Torbjörn Eriksson | Ramdala | 245+155+220 | =620kg | 384p |
| 100 | Teodor Bergström | Kalmar u | 130+70+150 | =350kg | 220p |
| 110 | Håkan Persson | Ramdala | 285+200+290 | =775kg | 457p |
| 125 | Bernt Larsson | Kalmar v | 205+160+220 | =585kg | 342p |
| 125 | Andreas Persson | Trossö | 180+130+200 | =510kg | 293p |
| +125 | Björn Andersson | Kalmar j | 260+170+270 | =700kg | 395p |
| Bänkpress resultat | | | | | |
| 56 | Kim Ludvigsson | Trossö u | 45 kg | | |
| 67,5 | Henrik Jurvin | Trossö u | 85 kg | | |
| 67,5 | Karl Alm | Trossö u | 62,5 kg | | |
| 75 | Dan Magnusson | Ramdala u | 142,5 kg | | |
| 75 | Stefan johansson | Ramdala v | 125 kg | | |
| 75 | Pierre Norman | Kalmar v | 120 kg | | |
| 82,5 | Björn Milesson | Kalmar | 137,5 kg | | |
| 82,5 | Patrik Björklund | Kalmar | 137,5 kg | | |
| 82,5 | Henrik Persson | Ramdala u | 135 kg | | |
| 82,5 | Mattias Nilsson | Trossö j | 105 kg | | |
| 82,5 | Rui Zeng | Trossö u | 77,5 kg | | |
| 90 | Jonas Forsmark | Ramdala j | 150 kg | | |
| 90 | Ulf borssen | Kalmar | 147,5 kg | | |
| 90 | Feras Abu isefan | Trossö | 145 kg | | |
| 90 | Sven-Åke Albertsson | Trossö v | 105 kg | | |
| 90 | Erik Hjalmarsson | Trossö u | 80 kg | | |
| 100 | Torbjörn Eriksson | Ramdala | 155 kg | | |
| 100 | Torbjörn Eriksson | Ramdala | 155 kg | | |
| 100 | Teodor Bergström | Kalmar u | 70 kg | | |
| 110 | Håkan Persson | Ramdala | 200 kg | | |
| 110 | Johan Swahn | Trossö v | 140 kg | | |
| 125 | Bernt Larsson | Kalmar v | 160 kg | | |
| 125 | Andreas Persson | Trossö | 130 kg | | |
| +125 | Björn Andersson | Kalmar j | 170 kg | | |