

Styrkelyftsserien omgång 1

Första omgången i styrkelyftsserien blev något splittrad pga tävlingar på olika håll. Serien inleddes i Karlskrona där TK Trossö stod som arrangör. Hela 29 lyftare kom till start med en dominans av ungdomar och juniorer. Kalmar har gjort en rejäl uppräckning vilket renderat i många nya ansikten. Ramdala har äntligen fått lite ordning och reda efter den besvärliga översvämningen. TK Trossö hade som vanligt flest lyftare och Torsås Ak hade med en damlyftare.

Tävlingen delades upp i tre omgångar med inledning av bänkpressarna så vi kunde frigöra lite fler funktionärer. Bäste bänkpressare blev Ramdalas Håkan Person som har problem med ryggen vilket gör att han får avstå övriga lyft. Håkan lyfte 220 kg i kl 110 detta renderade i ett nytt sydsvenskt rekord i kl M1.

Trossö juniorerna Andreas Andersson och Henrik Aringer börjar lära sig bänktröjan. Andreas lyfte mest med 122,5 kg och Henrik 117,5 kg bägge i klass 75.

Frida Leandersson i klass 48 har väntat länge på att få en riktig tävlingslicens. Tyvärr hade Frida skadat sitt knä i skidåkning veckan innan kunde nu bara köra bänken. Nytt pers och distriktsrekord blev det med 36 kg 41 kg lätt.

Bland styrkelyftarna var två man överlägsna sina motståndare bäst lyckades M1 an Jörgen Almkvist bäst. Jörgen persade i knäböj med ett prydligt lyft på 277,5 kg följt av 172,5 i bänken. Marklyftet renderade i ett nytt Sydsvenskt M1 rekord på 315 kg. Sammanlagt blev det också pers och klubbrekord med 765 kg.

Ramdalas Jonas Forsmark är som alltid en säker lyftare fick 745 kg sammanlagt även det i klass 100.

Bästa junior blev Trossös Imad Hamid 365kg tätt följd av klubbkompisen Jones Jamas som satte pers med nästan 50 kg. Kalmar hade sex st ungdomar mot en förra året bra jobbat. Här fanns också bäste U lyftaren Erik Gunham i kl 90 som lyfte 445 kg sammanlagt. Trossö hade två debutanter Tobias Ahlm i kl 67,5 fick 287,5 kg sammanlagt Jimmy Petterson 222,5 i kl 60. Ramdalas ende ungdom Marcus Lennartsson lyfte 272,5 kg i kl 67,5. Tyvärr har varken Kalmar eller Ramdala något lag i U serien.

Bland damerna hade Torsås AK som så smått börjat upp sin verksamhet igen med en juniortjej. Boyana Kurteva som med lite teknikträning kan bli duktig. Hon lyfte 190 kg i klass 56.

Distriktsrekord för juniorer blev det för Rubie Amar i kl 52 där hon gjorde 100 kg i marklyft och 55 kg i bänkpress, nu måste hon börja träna knäböj ordentligt så blir det ett bra sammanlagt resultat också.

Del två av omgången kördes i Ramdala bla för att Magnus Arvidsson skulle få möjligheten att förstärka Ramdala laget. Magnus som bara motionerade styrkelyft förra året pga OS visade på imponerande styrka. Hans serie blev $290+195+317,5 = 802,5$ kg vilket var nytt pers och marken var distriktsrekord i kl 110.

Sandra Säbom från Trossö satte pers sammanlagt i klass 56 med 190 kg, nästa gång blir det 200.

Conny Andersson som fyllt M 2a förbättrade distriktsrekorden i bänk med 50 kg, till 190kg.

Trossö hade även med tre lyftare på Göteborgs cup alla ungdomar. I vanlig ordning hade Hanna Leandersson & Josefin Andersson en tuff kamp i klass 67,5. Hanna vann över Jossan med en 2,5a, 257,5 mot 255kg, bägge var över tidigare distriktsrekordet för ungdomar. Hendrik Nilsson även han kl 67,5 lyfte 360 kg sammanlagt. Henke har börjat slarva lite med djupet i knäböj och fick nöja sig med ingången på 140 kg men han satte pers i marken med 155kg.

Resultat omg 1

Herrar

Kl 56	Tobias Karlsson	U	107,5 + 47,5 + 105,0 = 260,0kg	Kalmar
Kl 60	Jones Jama	J	105,0 + 67,5 + 140,0 = 312,5kg	Trossö
Kl 60	Simon Karlsson	U	77,5 + 47,5 + 105,0 = 230,0kg	Kalmar
Kl 60	Jimmy Pettersson	U	60,0 + 57,5 + 105,0 = 222,5kg	Trossö
Kl 60	Olof Ed	J	55,0 + 80,0 + 75,0 = 210,0kg	Trossö*
Kl 67,5	Hendrik Nilsson	U	135,0 + 60,0 + 137,5 = 332,5kg	Trossö**
Kl 67,5	Imad Hami	J	120,0 + 82,5 + 162,5 = 365,0kg	Trossö
Kl 67,5	Tobias Ahlm	U	105,0 + 47,5 + 135,0 = 287,5kg	Trossö
Kl 75	Marcus Lennartsson	U	87,5 + 70,0 + 115,0 = 272,5 kg	Ramdala
Kl 82,5	Jonas Andersson		210,0 + 182,5 + 210,0 = 602,5 kg	Ramdala
Kl 82,5	Ulf Leandersson	M	172,5 + 100,0 + 167,5 = 440,0 kg	Trossö
Kl 82,5	Henrik Fransson	U	175,0 + 135,0 + 200,0 = 510,0 kg	Kalmar
Kl 82,5	Anton Borg	U	135,0 + 82,5 + 155,0 = 372,5 kg	Kalmar
Kl 82,5	Nika Bainduro	U	140,0 + 100,0 + 140,0 = 380,0 kg	Trossö*
Kl 90	Sven-Åke Albertsson	M2	212,5 + 120,0 + 252,5 = 585,0kg	Trossö
Kl 90	Roger Andersson		210,0 + 100,0 + 225,0 = 535,0kg	Kalmar
Kl 90	Björn Milesson		175,0 + 117,5 + 180,0 = 472,5kg	Kalmar
Kl 90	Erik Gunham	U	155,0 + 100,0 + 190,0 = 445,0kg	Kalmar
Kl 100	Jörgen Almkvist	M1	277,5 + 172,5 + 315,0 = 765,0kg	Trossö
Kl 100	Jonas Forsmark		270,0 + 190,0 + 285,0 = 745,0kg	Ramdala
Kl 100	Henrik Svedlund		235,0 + 160,0 + 250,0 = 645,0kg	Trossö
Kl 125+	Jonas Olsson		287,5 + 170,0 + 270,0 = 727,5kg	Ramdala

Damer

Kl 52	Rubie Amar	J	25,0+ 55,0 + 100,0 = 180,0kg	Trossö
Kl 56	Sandra Säbom	U	70,0+ 35,0 + 85,0 = 190,0kg	Trossö**
Kl 56	Boyana Kurteva	J	60,0+ 50,0 + 80,0 = 190,0kg	Trossö**
Kl 67,5	Hanna Leandersson	U	102,0+ 50,0 + 105,0 = 257,5kg	Trossö*
Kl 67,5	Josefin Andersson	U	107,5+ 37,5 + 110,0 = 255,0kg	Trossö*

Bänkpress

Kl 48	Frida Leandersson	U	36,0 kg	Trossö
Kl 75	Andreas Andersson	J	122,5 kg	Trossö
Kl 75	Dan Magnusson	J	140,0 kg	Ramdala
Kl 75	Andreas Andersson	J	122,5 kg	Trossö
Kl 75	Henrik Aringer	J	117,5 kg	Trossö
Kl 90	Conny Andersson	M2	190,0 kg	Trossö*
Kl 90	Christoffer Harpe	U	95,0 kg	Kalmar
Kl 110	Håkan Persson		220,0 kg	Ramdala