

TK Trossö till Elitserien i Bänkpress

Årets serier i styrkelyft och bänkpress 2016 avslutades i och med styrkelyfts DM som avgjorts i helgen. Malmö LK stod som arrangör för Sydsvenska mästerskapet i styrkelyft. 65 lyftare kom till start, varav fem från TK Trossö.

På ungdomssidan blev det två guld genom Felix Almkvist som vann både ungdoms och seniorklassen. Felix har utvecklats bra under hela året. Nu blev hans serie knäböj 180 kg, bänkpress 100 kg, marklyft 205 kg. Sammanlagt lyfte Felix 485 kg. Det var personrekord i alla disciplinerna. Felix satte fyra ungdoms- ett junior- och ett senior-klubbrekord av bara farten.

Hugo Svensson lyfte i kl 93 kg. Hugo fick tre pers och ett distriktsungdomsrekord i knäböj med 215 kg. i bänken 115 kg, pers i marklyft med 230 kg och sammanlagt 560 kg. Totalt blev det 6 st klubbrekord. Tre ungdom och tre junior.

Bägge killarna har ett år kvar som ungdom.

Bäste seniorlyftare för Trossö blev Jörgen Almkvist som tog brons i kl 93 kg. Jörgen som är veteranlyftare har ett marklyft i världsklass. Nu överträffade han sitt eget svenska veteranrekord i klasserna 40-49 och 50-59 år med 0,5 kg med imponerande 300,5 kg. Det var dessutom åtta kg över gällande världsrekord för veteraner över 50 år. För att få ett världsrekord officiellt krävs att tävlingen har samma standard. Jörgen fick 217,5 kg i knäböj, 130 kg i bänkpress. Sammanlagt lyfte Jörgen 648 kg.

Henrik Harding gick också i kl 93 kg. Marklyften var naturligtvis också klubb- och distrikts-rekord. Henrik fick en bra serie genom att lyfta $170+125+205=500$ kg jämt.

Tyngste lyftaren Dario Penzo klass 120 kg fick tre st distriktsrekord för veteran 50+ genom att lyfta 215 kg i knäböj, 160 kg i bänkpress och 270 kg i marklyft. Sammanlagt 645kg. Av detta blev det 6 st klubbrekord.

Alla Trossös styrkelyftslag placerade sig som femma. Seniorlaget i allsvenska serien. De fyra bästa lagen avancerar. Övriga lag var ungdom och junior.

Bänkpresserien avgjordes lite tidigare. TK Trossö som lyfte i allsvenskan fick nu för första gången i klubbens historia ett herrlag i högsta serien, detta genom att placera sig med god marginal som trea. Det innebär att Trossö kommer in i styrkelyftens finrum och blir en av få idrotter i länet som ligger i sin idrotts högsta serie.

Nästa tävling som står på tur för TK Trossö är Hugo Svensson som lyfter på U-SM i klassisk bänkpress och klubbmästerskapet 27/12.

1	Lessebo SK	1946,25	2020,53	1998,45	5965,23
2	Göteborg KK	1987,38	1825,32	2056,77	5869,47
3	Sundbybergs TK	1968,50	1892,93	1922,94	5784,37
4	Måndagsklubben CF Falun	1763,92	1920,99	1919,01	5603,92
5	TK Trossö	1831,49	1907,21	1804,98	5543,68
6	Södertälje AK	1735,38	1711,88	1716,41	5163,67
7	Borlänge AK	1531,48	1769,54	1749,13	5050,15
8	Borås AK	1120,76	1822,88	1726,42	4670,06
9	Halmstad TSK	1543,69	1711,74	1010,47	4265

1	Borlänge AK	475,36	513,04	525,22	1513,62
2	Kalmar AK	496,72	519,39	483,95	1500,06
3	TK Trossö	431,94	474,79	446,87	1353,60
4	Falkenbergs KSK	469,31	413,06	424,58	1306,95
5	HAK Greppet	402,99	472,85	424,63	1300,47
6	Södertälje AK	441,03	421,12	422,41	1284,56
7	Boxholms Lyftarklubb-81	479,91	317,46	368,94	1166,31
8	Borås AK	381,18	475,80	291,11	1148,09
9	Höllvikens AC	353,78	195,93	351,73	901,44