

Klubbmästerskap på TK Trossö 2014

TK Trossö har genomfört sitt årliga klubbmästerskap i styrkelyft och bänkpress. Tävligen är ett bra avslut på året samt en bra rekryteringsgrund för klubbens medlemmar som vill börja tävla i styrkelyft.

Tävlingen är uppdelad i två kategorier, licensierade lyftare och motionärer. Allt avgörs på poäng. Lyftarens vikt ger en koefficient som sen multipliceras med antalet lyfta kilon. Tyngre kroppsvikt ger lägre koefficient. Femton lyftare kom till start varav hälften var motionärer. Publiken var ovanligt stor så lokalen fylldes till bristningsgränsen. Många kompisar och anhöriga var nyfikna på resultaten som skulle presteras. Redan tidigt var stämningen bra och fina lyftresultat presterades

Årets klubbmästare på herrsidan blev veteranen Jörgen Almkvist som lyfte i kl 105kg. Han gjorde nu sin sista tävling i klass M1. Vid årsskiftet blir det Klassen för 50-59 åringar. Jörgen som är inne i en tung träningsperiod satte två stycken distriktsrekord för veteraner kl 40-49 år. Detta genom att lyfta 285kg i marklyft och 625kg sammanlagt. I knäböj blev det ganska lätta 210 kg och 130 kg i bänkpress. Bänkpress resultatet gjorde Jörgen även till klubbmästare i den disciplinen. 389,1poäng är ett bra Styrkelyftsresultat.

Två blev ungdomslyftaren Axel Eriksson i kl 74 med 372,5kg och 281,3 p.

Trea Kom Felix Almkvist, även han ungdom, på 362,5kg och 277,4 p i kl 74.

Fyran Philip Ullström lyfte i kl 66kg fick 292,5kg och 237,2p.

På damsidan var det bara ungdomslyftare. Tjejerna som är 14 resp 15 år har hållit på några år och börjar få en jämn och hög styrka. Här lyckades Linnea Nilsson i kl 63kg genom sin lyftning få ihop 247,3 poäng genom att lyfta 75kg i knäböj, 57,5kg i bänkpress, 95kg i marklyft sammanlagt 227,5kg. Linnea tog även hem bänkpress-klassen.

Tvåan Josefin Swahn lyfte 235 kg i kl 72. Det gav 231,1 poäng med serien 85+50+100.

Flera av motionärerna kommer att börja tävla under 2015. Segraren Jonatan Malmström nybliven senior lyfte i kl 120. Han hade en mycket bra serie med lätta lyft. 210kg i knäböj, 177,5kg i bänkpress och 240kg i marklyft. Sammanlagt 627,5kg och 364,6p.

Tvåan Daniel Lagerholm i kl 83 lyfte 502,5kg med poängen 335,4. Serien var 165+130+207,5. Daniels resultat skulle lagt honom runt plats 60 i Sverigerankingen i kl 83kg under 2014. Det visar att standarden på Trossös motionärer är ganska hög.

Trea blev Dario Penzo även han i kl 120. Dario blir 50 år under 2015 vilket gör att han också kommer att lyfta i kl M2. Han gjorde en mycket lätt lyftning med bla 230kg i marklyft, 150kg i bänkpress och 140 i knäböj.

Men lite nya lyftare ser vi ut att få ett mycket starkt lyftargång till våra olika serielag.

Johan Swahn

TK Trossö