

Ungdoms-, Junior- och Veteran-SM i Bollnäs 2013

Tk Trossös lyftare har åter igen visat fina resultat på SM. Fem medaljer plockade lyftarna hem. Frida Leandersson som är ungdomslyftare blev hela U & J SM:s bästa damlyftare totalt med 431 poäng, 18 poäng före näst bästa damlyftare. Fridas ihop lyfta kilon var också det högsta oavsett viktklass.

Frida fick med sig fyra Svenska ungdomsrekord i klass 72 kg. Delresultaten var 155 kg i knäböj, 102,5 kg i bänkpress, 165 kg i marklyft och 422,5 kg sammanlagt. Framför sig har nu Frida både U-EM och U-VM dit hon redan är nominerad.

De yngre lyftarna i klubben lyfter klassiskt där endast lyftarbältet är tillåtet.

Alice Romberg som lyfte i klass 47 kg. Alices resultat blev 42,5+32,5 bägge tangerade personrekord. I marken blev det pers med 7,5 kg till 67,5 kg. Totalt blev det också pers med 142,5 kg. Eftersom Svenska rekord bara kan sättas på SM och DM innebär det att Alices resultat blev Svenska rekord.

Josefin Swahn var tävlingens yngste lyftare tog silver i kl 63 kg. Josefin var den ende ungdomslyftaren som hade samtliga nio lyft godkända. Hennes serie blev 62,5 (pers) + 42,5 + 80 (pers med 10 kg), totalt 185 kg och pers med 12,5 kg. Josefin klarade för första gången 200 poängsgränsen.

Philip Ullström tog silver i klass, 66 kg. Philips serie blev 70 kg i knäböj (pers). Philip hade definitivt tävlingens djupaste knäböjar. 55 kg i bänkpress (tangerat pers) + 112,5 kg i marken (tangerat pers) = 237,5 kg och pers sammanlagt.

Trossö hade en veteran lyftare med i klass M3 >60 år. I klass 93 kg tog Sven-Åke Albertsson silver. Domarna var väldigt tuffa i veteranklassen. Sven-Åke lyfte lätt 180 kg i knäböj. Fick 190 kg underkänt på djupet. 110 kg i bänkpress, 230 kg i marlyft det gav sammanlagt 530 kg.

Jonatan Swahn sträckte sig i ryggen och kunde inte fullfölja tävlingen. Jonatan fick 110 kg i knäböj och tangerat pers i bänken med 85 kg.

Närmast arrangerar TK Trossö Påsklovslyftet 1/4. Det är en ungdoms och nybörjartävling.

Nästa serietävling blir i Kalmar i början av maj.

Öppen nybörjarträning är det som vanligt på onsdagar 1800-1930.

J Swahn