

Styrkelyftsserien 2010 omgång 2

Andra omgången av styrkelyftsserien 2010 har avgjorts i Kalmar med många fina resultat, tävlingen var välbesökt och 25st lyftare kom till start varav 10 lyfte klassiskt. Lyftarna kom från Kalmar AK, Ramdala IF, Jönköping och TK Trossö. För flera av klubbens ungdomar var det första gången dom var iväg och tävlade. Det gjorde dom med den äran det finns en framtid för TK Trossö och styrkelyftningen i länet.

Det är inte bara fotbollen i länet som har idrott i högsta serien. Ramdala IFs styrkelyftare kämpar på i Elitserien både i styrkelyft och bänkpress, det gör man nu för tredje året. Efter två omgångar ligger man nu på en sjundeplats i styrkelyfts serien och åtta i bänkserien.

TK Trossö ligger åtta i division ett både i bänkpress och styrkelyft. Tk Trossös damlag ligger på en fjärdeplats i styrkelyftserien och sju i bänkserien. Att beakta när det gäller bänkpressen är Trossös tjejer för unga för att få tävla med den sk bänktröjan, detta gör att dom halkar efter med en hel del kilon.

Våra U och J lag ligger ett par placeringar utanför pallen.

From 2010 har man infört sk klassisk styrkelyft där endast lyftarbältet är tillåtet. Flera av lyftarna valde att lyfta på detta sätt i stället. Det blir inte så enorma vikter och sliter inte så mycket på kroppen. Det innebar också några debutanter.

Bland dom klassiska lyftarna var Jörgen Almkvist, Veteran från TK Trossö bäst. Jörgen kvalade in till det första Klassiska styrkelyfts SM:t med 40 kg marginal i klass 100. Jörgens tyngsta lyft var 285 kg i marklyft.

Jag kommer att registrera klassiska rekord på TK Trossö efterhand under 2010.

Med utrustning var det också en veteran som var starkast. Håkan Persson Ramdala lyfte hela 840 kg vilket gör att han med råge är SM-klar för bägge mästerskapen.. Jimmy Olsson, även han Ramdala och veteran, är alltid ett säkert kort för klubblaget. Denna gång fick Jimmy 730 lätt dömda kilon.

Bland länets juniorer lyckades Henrik Aringer bäst, Henke fick prydliga 490 kg totalt. Tyvärr har Ramdala inga yngre lyftare men TK Trossö har desto fler. Rekord slogs på löpande band bland ungdomarna där ingen var äldre än 15 på dagens tävling.

Nellie Johansson senaste dam tillskottet i klubben gjorde nu sin andra tävling. Nellie tangerade perset i knäböj till 47,5 satte pers i bänkpress med 2,5 kg. I marklyft blev det 80 kg endast 5 kg från distriktsrekordet, pers med hela 15 kg med mersmak.

Sammanlagt blev det naturligtvis också rekord med 157,5 kg.

Josefin Swahn klart yngst för dagen med sina 10 år satte bla person rekord i knäböj till 35kg.

Hendrik Nilsson mest rutinerad av de yngre lyfte för första gången i kl 75, med 7 hg över normala klassen fick han en superserie med 185 i både ben och mark med mersmak och 82,5 i bänken. Klubbkompisen Jesper Dessing också han i kl 75 var strålande glad när han kämpade ihop 300kg sammanlagt en ökning med 27,5 kg på en månad.

Många av killarna lyfter klassiskt. Jeppe Sjövik 58 kg drog nästan dubbla kroppsvikten i marklyft, han stannade på 110 kg. Jonatan Swahn hade sin andra tävling över 50 i bänken nu 52,5.

Gamle storlyftaren Jukka Murtovaara tränar ihop med Jimmy och Håkan i Olofström. Detta har gjort att Jukka börjat komma i storform igen i sin gamla paradgren. Denna gång blev det 210kg och nytt distriktsrekord för veteraner över 50. Dessutom hade han ett bra försök på 220kg allt i klass 100.

Resultat omg 1
Knäböj, bänkpress, marklyft och sammanlagt

Damer klassisk styrkelyft

| | | | | | | | | | | |
|-------|------------------|---|------|---|------|---|------|---|---------|--------|
| Kl 44 | Josefin Swahn | U | 35,0 | + | 25,0 | + | 45,0 | = | 105,0kg | Trossö |
| Kl 60 | Nellie Johansson | U | 47,5 | + | 30,0 | + | 80,0 | = | 157,5kg | Trossö |

Herrar Klassisk styrkelyft

| | | | | | | | | | | |
|---------|--------------------|----|-------|---|-------|---|-------|---|---------|---------|
| Kl 60 | Jesper Sjövik | U | 65,0 | + | 42,5 | + | 110,0 | = | 217,5kg | Trossö |
| Kl 67,5 | Christoffer Rydell | J | 100,0 | + | 90,0 | + | 160,0 | = | 350,0kg | Trossö* |
| Kl 67,5 | Malte Worzyk | J | 65,0 | + | 55,0 | + | 100,0 | = | 220,0kg | Trossö* |
| Kl 75 | Christer Kedmalm | S | 150,0 | + | 127,5 | + | 192,5 | = | 520,0kg | Kalmar |
| Kl 75 | Jonatan Swahn | U | 75,0 | + | 52,5 | + | 102,5 | = | 230,0kg | Trossö |
| Kl 82,5 | John Gustavsson | J | 75,0 | + | 105,0 | + | 120,0 | = | 300,0kg | Trossö* |
| Kl 90 | Petter Jonsson | S | 195,0 | + | 157,5 | + | 250,0 | = | 602,5kg | Kalmar |
| Kl 90 | Mattias Rundkvist | S | 122,5 | + | 100,0 | + | 160,0 | = | 382,5kg | Kalmar |
| Kl 90 | Håkan Johansson | M1 | 125,0 | + | 00,0 | + | 000,0 | = | 125,0kg | Kalmar |
| Kl 100 | Jörgen Almkvist | M1 | 210,0 | + | 135,0 | + | 285,0 | = | 630,0kg | Trossö |
| Kl 125+ | Viktor Erkki | U | 220,0 | + | 132,5 | + | 230,0 | = | 582,5kg | Kalmar |

*Tävlade 28/4 i Rödeby

Herrar

| | | | | | | | | | | |
|---------|-----------------|----|-------|---|-------|---|-------|---|---------|-----------|
| Kl 67,5 | Tobias Karlsson | U | 130,0 | + | 62,5 | + | 000,0 | = | 192,5kg | Kalmar |
| Kl 67,5 | Law Shala | S | 150,0 | + | 135,0 | + | 210,0 | = | 495,0kg | Ramdala |
| Kl 75 | Jonas Andersson | S | 210,0 | + | 165,0 | + | 200,0 | = | 575,0kg | Ramdala |
| Kl 75 | Hendrik Nilsson | U | 185,0 | + | 82,5 | + | 185,0 | = | 452,5kg | Trossö |
| Kl 75 | Simon Karlsson | U | 172,5 | + | 78,0 | + | 170,0 | = | 420,0kg | Kalmar |
| Kl 75 | Jesper Dessin | U | 95,0 | + | 57,5 | + | 147,5 | = | 300,0kg | Trossö |
| Kl 82,5 | Dan Magnusson | S | 205,0 | + | 170,0 | + | 200,0 | = | 575,0kg | Ramdala |
| Kl 82,5 | Henrik Aringer | J | 175,0 | + | 125,0 | + | 190,0 | = | 490,0kg | Trossö |
| Kl 82,5 | Rami Waleed | J | 155,0 | + | 107,5 | + | 190,0 | = | 452,5kg | Jönköping |
| Kl 90 | Jonas Weinsjö | S | 177,5 | + | 137,5 | + | 205,0 | = | 520,0kg | Kalmar |
| Kl 100 | Henrik Svedlund | S | 225,0 | + | 000,0 | + | 230,0 | = | 455,0kg | Ramdala |
| Kl 110 | Håkan Persson | M1 | 320,0 | + | 220,0 | + | 300,0 | = | 840,0kg | Ramdala |
| Kl 110 | Jimmy Olsson | M1 | 285,0 | + | 175,0 | + | 270,0 | = | 730,0kg | Ramdala |
| Kl 110 | Göran Claesson | M1 | 180,0 | + | 150,0 | + | 195,0 | = | 525,0kg | Ramdala |
| Kl 125 | Jonas Olsson | S | 260,0 | + | 162,5 | + | 245,0 | = | 667,5kg | Ramdala |

Damer

| | | | | | | | | | | |
|---------|-------------------|---|-------|---|------|---|-------|---|---------|---------|
| Kl 52 | Frida Leandersson | U | 110,0 | + | 50,0 | + | 117,5 | = | 277,5kg | Trossö* |
| Kl 67,5 | Hanna Leandersson | U | 130,0 | + | 52,5 | + | 120,0 | = | 302,5kg | Trossö* |

*Resultatet räknas in från U-NM i Finland 24/4

Enbart Bänkpress

| | | | | |
|--------|-------------------|----|----------|---------|
| Kl 100 | Jukka Mourtovaara | M2 | 210,0 kg | Ramdala |
|--------|-------------------|----|----------|---------|

/ Johan Swahn