

## Styrkelyftsserien

Tredje omgången av styrkelyftsserien avslutad. Tävlingarna ligger inom en 12 dagars period. TK Trossö har haft två intensiva veckor med tävlande. Eftersom DM i bänkpress ingår som en del i styrkelyftsserien valde Sydsvenska Styrkelyftsförbundet att arrangera bänkpressen som en separat tävling. Där Trossö stod som arrangör.

TK Trossö har därför genomfört två mindre styrkelyfts tävlingar med bl.a Torsås AK. Flera nya distriktsrekord slogs på ungdoms och juniorsidan. Elin Persson som tävlar i kl 47 kg var riktigt i rekordtagen med stilfull lyftning. Tre gånger förbättrade hon knäböjsrekordet med 85 kg på topp. 42,5 i bänkpress och hon slutade med ett bra försök på 46 kg. I Marklyft så passerades 100kg, s gränsen för första gången, med ett lyft på 102,5kg. Det sammanlagda resultatet 230kg vilket var pers med 37,5kg och en ökning av distriktsrekordet för ungdomar och juniorer med 32,5 kg.

Felix Almqvist ungdom har gått upp i kl 83 kg. Felix fick med sig 2 distriktsrekord för ungdomar. 200 kg i knäbøj och 230,5 i marklyft, även i bänkpress och sammanlagt blev det personliga rekord. 115kg och 545,5 kg. Resultatet tar upp Felix som etta i ungdomsrankingen i kl 83kg. Sedan tidigare toppar han kl 74kg.

Henrik Törnström Junior i l 93kg har tränat hårt och skött sin kost, har gått ner 10kg på ett år från kl 105. Resultaten har ändå förbättrats markant. Henrik passerade genom att lyfta 505 kg sammanlagt och 205 kg i marklyft. I knäbøj fick han fina 170 kg. Bänken renderade i 130kg. Veckan innan på Bänk DM fick han 135 kg.

Hugo Svensson kl 93 ungdom bättre på det sammanlagda distriktsrekordet för ungdomar med 9,5kg = 597,5 kg och en plats i seniorlaget. Hans serie 230+135+232,5 kg lägger Hugo som tvåa i Sverigestatistiken för ungdomar i kl 93.

Alltid lika säkra Jörgen Almqvist förbättrade distriktsrekordet i marklyft kl 105 kg M:2 till 290 kg. Jörgen är rankad 2a i både kl 93 och 105 M:2 klassisk.

Dario Penszo kl 120 M:2 ökade knäböjsrekordet med 2,5 kg till 222,50. Även Dario är rankad 2a kl M.2.

Sven-Åke Albertson M:3 kl 83 tog sig upp som etta i rankingen med 406kg sammanlagt

Marie Ebbeke kl +84 M:2 provade utrustning för första gången. Utan att veta hur mycket hon kunde lyfta fick hon 140 kg i knäbøj med mersmak, 75kg i bänken med ett hyfsat försök på 80kg. Marklyftet gav 145 kg och 360 kg sammanlagt. Med det toppar hon M:2 damklassen.

Tävlingsdebutanten David Gustavsson kl 93kg tog ett silver på bänk DM med 152,5kg. Det var 2,5 före Conny Andersson som börjar komma tillbaka efter sin armskada. David lyfte även i styrkelyftsserien där han fick 155kg i bänken.

Trossö har lag med i flera serier. I Styrkelyftsserien ligger man i allsvenskan. Sakta men säkert har man plockat placeringar och ligger just nu på en femteplats i den mycket täta serien. Även i juniorserien har man samma placering. I ungdomsserien ligger Trossö tvåa. Precis som Veteranlaget i sin serie.

Bänkpresen går sämre och trots en rejäl poängökning blir det svårt att hålla kvar elitserieplatsen. Dessto bättre går det i ungdomsserien där man lite oväntat leder. I Junior och veteran serien ligger TK Trossö på en fjärde plats. Sista serieomgången går samtidigt som DM och avgörs i Lund i november.