

TÄVLINGSRESULTAT 2004 ÅLANDS KRAFTSPORTKLUBB

KLUBBTÄVLING I STYRKELYFT 24.01.2004 IDROTTSGÅRDENS STYRKESAL

Namn	Viktclass	ålders kategori	Knäböj	Bänkprens	Marklyft	Totalt	Plasering
Thomas Mickelsson	82,5	Öppen	220,0	170,0	240,0	630,0	1:a
Johan Lehto	90	Öppen	215,0	157,5	227,5	600,0	1:a
Per-Olof Eriksson	100	Öppen	230,0	180,0	232,5	642,5	1:a
Tommy Nordlund	100	Öppen	225,0	140,0	220,0	585,0	2:a
John Clemes	110	Öppen	75,0	180,0	75,0	330,0	1:a
Ove Lehto	125+	Öppen	350,0	290,0	360,0	1000,0	1:a

FLUGEBYMÄSTERSKAPEN I STYRKELYFT 07.02.2004 NÄSSJÖ SVERIGE

Namn	Viktclass	ålders kategori	Knäböj	Bänkprens	Marklyft	Totalt	Plasering
Kenneth Lundsten	75	Öppen	215	142,5	235,0	592,5	2:a

FM BÄNKPRESS FÖR JUNIORER 21.02.2004 RIIHIMÄKI

Namn	Viktclass	ålders kategori	Knäböj	Bänkprens	Marklyft	Totalt	Plasering
Rasmus Donner	90	U-20		115,0		115,0	4:a
Sven-Erik Elfberg	60	U-23		130,0		130,0	1:a
Elis Högnäs	110	U-23		210,0		210,0	1:a

FM STYRKELYFT SENIORER 06.03.2004 JYVÄSKYLÄ LAAJAVUORI

Namn	Viktclass	ålders kategori	Knäböj	Bänkprens	Marklyft	Totalt	Plasering
Thomas Mickelsson	82,5	Öppen	220,0	170,0	270,0	660,0	10:a
Jon Krogell	100	Öppen	-265,0	-	-	-	-
Ove Lehto	125	Öppen	350,0	290,5*	340,0	980,0	1:a
Karl-Johan Sommarström	125	Öppen	320,0	210,0	295,0	825,0	5:a
Kenneth Sandvik	125+	Öppen	390,0	310,0	300,0	1000,0	2:a
Jonas Pensar	125+	Öppen	100,0	205,0	250,0	555,0	3:a

*Europarekord

FM STYRKELYFT FÖR JUNIORER 21.03.2004 YLITORNIO

Namn	Viktclass	ålders kategori	Knäböj	Bänkprens	Marklyft	Totalt	Plasering
Sven-Erik Elfberg	60	U-23	150,0	130,0	190,0	470,0	2:a
Jimmy Pero	90	U-23	205,0	125,0	255,0	585,0	5:a
Elis Högnäs	110	U-23	270,0	205,0	272,5	747,5	1:a

POLIS FM I STYRKELYFT 31.03.2004 TAMERFORS

Namn	Viktclass	ålders kategori	Knäböj	Bänkprens	Marklyft	Totalt	Plasering
John Clemes	110	Öppen	290,0	185,0	270,0	745,0	1:a

FM BÄNKPRESS FÖR SENIORER 03.04.2004 JOENSU

Namn	Viktclass	ålders kategori	Knäböj	Bänkprens	Marklyft	Totalt	Plasering
Linda Rosbäck	82,5	Öppen		85,0		85,0	2:a
Sven-Erik Elfberg	60	Öppen		130,0		130,0	5:a
Thomas Mickelsson	82,5	Öppen		170,0		170,0	15:de
Elis Högnäs	110	Öppen		212,5		212,5	6:a
Ove Lehto	125	Öppen		280,0		280,0	2:a
Karl-Johan Sommarström	125	Öppen		222,5		222,5	6:a
Jonas Pensar	125+	Öppen		210,0		210,0	5:a
Kenneth Sandvik	125+	Öppen		307,5		307,5	1:a

NM STYRKELYFT FÖR JUNIORER 17.04.2004 JÖNKÖPING

Namn	Viktclass	ålders kategori	Knäböj	Bänkprens	Marklyft	Totalt	Plasering
Sven-Erik Elfberg	60	U-23	155,0	137,5	185,0	477,5	1:a
Elis Högnäs	110	U-23	280,0	212,5	277,5	770,0	1:a

ÖPPEN STYRKELYFT TÄVLING 17.04.2004 VASA

Namn	Viktclass	ålders kategori	Knäböj	Bänkprens	Marklyft	Totalt	Plasering
Jon Krogell	100	Öppen	272,5	180,0	262,5	715,0	1:a
Jonas Pensar	125+	Öppen	272,5	205,0	302,5	780,0	1:a

SERIETÄVLING I STYRKELYFT 23.04.2004 ÖSTERBYBRUK SVERIGE

Namn	Viktclass	ålders kategori	Knäböj	Bänkprens	Marklyft	Totalt	Plasering
Kenneth Lundsten	75	Öppen	237,5	155,0	230,0	622,5	?
Elis Högnäs	125	Öppen	282,5	215,0	270,0	767,5	?

NM BÄNKPRESS FÖR JUNIORER 08.05.2004 MALMÖ SVERIGE

Namn	Viktclass	ålders kategori	Knäböj	Bänkprens	Marklyft	Totalt	Plasering
Sven-Erik Elfberg	60	U-23		140,0		140,0	1:a
Elis Högnäs	110	U-23		205,0		205,0	1:a

EM STYRKELYFT SENIORER 16.05.2004 NYMBURK TJEKIEN

Namn	Viktclass	ålders kategori	Knäböj	Bänkprens	Marklyft	Totalt	Plasering
Ove Lehto	125	Öppen	340,0	292,5*	355,0	987,5	3:a
Kenneth Sandvik	125+	Öppen	-380,0	-	-	-	-

*Europarekord

SFIM BÄNKPRESS 22.05.2004 EKENÄS

Namn	Viktclass	ålders kategori	Knäböj	Bänkprens	Marklyft	Totalt	Plasering
Sven-Erik Elfberg	60	Öppen		135,0		135,0	1:a
Kenneth Lundsten	75	Öppen		160,0		160,0	1:a
Pontus Lindroos	75	Öppen		140,0		140,0	2:a
Thomas Mickelsson	82,5	Öppen		180,0		180,0	1:a
Jimmy Pero	90	Öppen		130,0		130,0	4:a
Jon Krogell	100	Öppen		180,0		180,0	4:a
Anders Johansson	100	Öppen		170,0		170,0	5:a
Tommy Nordlund	100	Öppen		152,5		152,5	7:a
Per-Olof Eriksson	110	Öppen		185,0		185,0	1:a
Mikael Dahlström	110	Öppen		125,0		125,0	3:a
Ove Lehto	125	Öppen		300,0*		300,0	1:a
Karl-Johan Sommarström	125	Öppen		225,0		225,0	2:a
Jonas Pensar	125	Öppen		210,0		210,0	3:a
Kenneth Sandvik	125+	Öppen		320,5 ^α		320,5	1:a

*Finskt- och Nordiskt rekord

^αVÄRLDSREKORD

ÅM STYRKELYFT 05.06.2004 IDROTTSGÅRDEN

Namn	Viktclass	ålders kategori	Knäböj	Bänkprens	Marklyft	Totalt	Plasering
Sven-Erik Elfberg	60	Öppen	170,0	135,0	195,0	500,0	1:a
Kenneth Lundsten	75	Öppen	240,5	150,0	22,0	610,0	1:a
Peter Mattson	75	Öppen	180,5	92,5	210,0	482,5	2:a
Thomas Mickelsson	82,5	Öppen	230,0	185,0	280,0	695,0	1:a
Jimmy Pero	90	Öppen	232,5	137,5	260,0	630,0	1:a
Christer Gustavsson	90	Öppen	220,0	140,0	200,0	560,0	2:a
Rasmus Donner	90	Öppen	165,0	107,5	175,0	447,5	3:a
Jon Krogell	100	Öppen	265,0	182,5	265,0	712,5	1:a
Per-Olof Eriksson	100	Öppen	240,0	190,0	250,0	680,0	2:a
Anders Johansson	100	Öppen	245,0	172,5	245,0	662,5	3:a
Mikael Dahlström	110	Öppen	200,0	-125,0	-	-	-
Ove Lehto	125	Öppen	330,0	280,0	360,0	970,0	1:a
Jonas Pensar	125	Öppen	280,0	215,0	290,0	785,0	2:a
Kenneth Sandvik	125+	Öppen	390,0	325,0	307,5	1022,5	1:a

EM STYRKELYFT FÖR JUNIORER 20.06.2004 SOFIA BULGARIEN

Namn	Viktclass	ålders kategori	Knäböj	Bänkprens	Marklyft	Totalt	Plasering
Elis Högnäs	110	U-23	265,0	200,0	265,0	730,0	7:a

EM BÄNKPRESS SENIORER 08.08.2004 VRAC SERBIEN OCH MONTENEGRO

Namn	Viktclass	ålders kategori	Knäböj	Bänkprens	Marklyft	Totalt	Plasering
Kenneth Sandvik	125+	Öppen		315,0		315,0	1:a

SERIETÄVLING I STYRKELYFT 05.09.2004 UPPSALA

Namn	Viktclass	ålders kategori	Knäböj	Bänkprens	Marklyft	Totalt	Plasering
Jimmy Pero	90	Öppen	230,0	135,0	245,0	610,0	?
Jon Krogell	100	Öppen	260,0	175,0	255,0	690,0	?
Per-Olof Eriksson	100	Öppen	240,0	190,0	245,0	675,0	?
Elis Högnäs	125	Öppen	225,0	125,0	250,0	600,0	?

NM STYRKELYFT SENIORER 19.09.2004 ÅLBORG DANMARK

Namn	Viktclass	ålders kategori	Knäböj	Bänkprens	Marklyft	Totalt	Plasering
Kenneth Sandvik	125+	Öppen	385,0	312,5	307,5	1005,0	1:a

KLUBBMÄSTERSKAP I STYRKELYFT 08.10.2004 ÖSTERBYBRUK SVERIGE

Namn	Viktclass	ålders kategori	Knäböj	Bänkprens	Marklyft	Totalt	Plasering
Jimmy Pero	90	Öppen	215,0	135,0	255,0	605,0	1:a

DM STYRKELYFT I ÖSTRASVEALAND 09.10.2004 STOCKHOLM

Namn	Viktclass	ålders kategori	Knäböj	Bänkprens	Marklyft	Totalt	Plasering
Kenneth Lundsten	75	Öppen	210,0	152,5	242,5	605,0	1:a
Elis Högnäs	125	U-23	285,0	207,5	280,0	772,5	1:a

DM BÄNKPRESS I ÖSTRASVEALAND 09.10.2004 TUMBA

Namn	Viktclass	ålders kategori	Knäböj	Bänkprens	Marklyft	Totalt	Plasering
Kenneth Lundsten	75	Öppen		162,5		162,5	1:a

VM STYRKELYFT 14.11.2004 KAPSTADEN SYDAFRIKA

Namn	Viktclass	ålders kategori	Knäböj	Bänkprens	Marklyft	Totalt	Plasering
Kenneth Sandvik	125+	Öppen	385,0	310,0	290,0	985,0	8:a

LAG FM I STYRKELYFT 20.11.2004 TURENKI

Namn	Viktklass	ålders kategori	Knäböj	Bänkprens	Marklyft	Totalt	wilks
Thomas Mickelsson	90	Öppen	230,0	185,0	275,0	690,0	453,05
Karl-Johan Sommarström	125+	Öppen	305,0	215,0	290,0	810,0	460,73
Kenneth Sandvik	125+	Öppen	387,5	310,0	305,0	1002,5	555,08
Ove Lehto	125	Öppen	352,5	290,0	370,0	1012,5	577,43
							2046,30 1:a

LAG FM I BÄNKPRESS 21.11.2004 TURENKI

Namn	Vikt	ålders kategori	Knäböj	Bänkprens	Marklyft	Totalt	Plasering
Thomas Mickelsson	83,95	Öppen		180			
Per-Olof Eriksson	101,05	Öppen		190,0			
Jon Krogell	99,25	Öppen		185,0			
Ove Lehto	123,95	Öppen		285,0			
	408,20 (= -62,5kg)			840,0		777,5	3:a

VM BÄNKPRESS 05.12.2004 CLEVELAND OHIO USA

Namn	Viktklass	ålders kategori	Knäböj	Bänkprens	Marklyft	Totalt	Plasering
Ove Lehto	125	Öppen		300,0		300,0	3:a
Kenneth Sandvik	125+	Öppen		322,5*		322,5	1:a

*världsrekord

SFIM STYRKELYFT 11.12.2004 KRISTINESTAD

Namn	Viktklass	ålders kategori	Knäböj	Bänkprens	Marklyft	Totalt	Plasering
Sven-Erik Elfberg	60	Öppen	150,0	145,0	180,0	475,0	1:a
Kenneth Lundsten	75	Öppen	235,0	165,0	237,5	637,5	1:a
Peter Mattson	75	Öppen	190,0	110,0	225,0	525,0	3:a
Pontus Lindroos	75	Öppen	150,0	150,0	175,0	475,0	4:a
Christer Gustavsson	82,5	Öppen	220,0	142,5	215,0	577,5	2:a
Thomas Mickelsson	90	Öppen	245,0	187,5	290,0	722,5	1:a
Jimmy Pero	90	Öppen	232,5	147,5	265,0	645,0	2:a
Anders Johansson	100	Öppen	250,0	175,0	250,0	675,0	3:a
Tommy Nordlund	100	Öppen	165,0	160,0	240,0	565,0	6:a
Jon Krogell	110	Öppen	265,0	185,0	270,0	720,0	2:a
Mikael Dahlström	110	Öppen	200,0	152,5	200,0	552,5	3:a
Ove Lehto	125	Öppen	365,0	297,5	360,0	1022,5*	1:a
Karl-Johan Sommarström	125	Öppen	315,0	222,5	290,0	827,5	2:a
Jonas Pensar	125	Öppen	290,0	220,0	290,0	800,0	4:a
Elis Högnäs	125	Öppen	292,5	125,0	285,0	702,5	5:a
Kenneth Sandvik	125+	Öppen	385,0	310,0	280,0	975,0	1:a

4:de lyft Ove Lehto bänkprens 305kg Finsktrekord

*Finsktrekord

TOMTEPRESSEN 18.12.2004 ÖSTERBYBRUK SVERIGE

Namn	Viktklass	ålders kategori	Knäböj	Bänkprens	Marklyft	Totalt	Plasering
Jimmy Pero	100	Öppen		140,0		140,0	?