

2024

Verksamhetsberättelse



Ålands Kraftsportklubb r.f.

Materialet i årsberättelsen är en sammanställning av nyheter som publicerats på ÅKKs

hemsida, www.kraftsport.nu, under året.

Styrelse för 2024 var:

- Ordförande Emil Sundberg
- Vice ordförande Ann-Sofi Boman
- Sekreterare Paulina Lindblad
- Kassör Kenneth Sandvik
- Övriga Malin Olofsson och Lucas Fellman.

Medlemsavgiften har varit 8€ för understödande medlemmar, 15€ för tävlande juniorer upp till och med U18 och 30€ för övriga tävlande.

Vi har under året ordnat fem tävlingar fördelat på 2 klubb tävlingar i styrkelyft, ÅM i styrkelyft, ÅM i bänkpress och årets höjdpunkt SFIM i bänkpress och Åland sportsweek kombinerat inför stor publik på Torget i Mariehamn!

I de finska rankinglistorna så var Otto Sjuls bäste herrlyftare från ÅKK med en 29e plats och Alina Mattsén bästa dam på 49e plats.

Vårt Instagramkonto där vi lägger ut lite blandade bilder på både stort och smått som händer i vår värld har idag 530 följare och på vår facebookside fortsätter vi att länka in nyheter kring vår tävlingsverksamhet, främst för att sprida nyheter som läggs ut på hemsidan, idag har vi 758 följare där.

Guld till Malin på FM i bänkpress

Published: 21 January 2024 | Hits: 761



Malin Olofsson var ende ÅKK-lyftare på plats i Borgnäs då årets finska mästerskap i klassisk bänkpress avgjordes. Hon tävlade i 84kg klassen tillsammans med tre andra lyftare och redan i sitt första lyft på 90kg satte hon press på de andra som gick in på lättare vikter. Hon klarade ingången och ökade till 95kg i andra vilket hon också klarade utan problem. Ingen av de andra lyftarna hotade bakifrån och hon begärde upp 100kg för nytt personbästa till sista lyftet, men tyvärr orkade hon inte pressa den vikten hela vägen den här gången. 95kg gav ändå guldet i klassen, silver och brons gick på 87.5kg respektive 82,5kg.

Två guld och ett silver till ÅKK-juniorerna under lördagens junior-FM tävlingar

Published: 03 February 2024 | Hits: 823



Årets junior-FM avgörs under helgen i Påmark, över 160 lyftare deltar under mästerskapet och hela tio av dem är från ÅKK!

Under lördagen var sex av ÅKK-lyftarna i hetluften, [Filip Strand](#) i 83kg klassen U18, [Noel Dolke](#) och [Filip Petkovic](#) i 93kg klassen U18, [Emil Högback](#) i 66kg klassen U23, [Jonatan Raitanen](#) i 74kg klassen U23 samt [Otto Sjuls](#) i 83kg klassen U23.

Noel och Filip P. var först ut i startfältet då 93an avgjordes före 83an, tio lyftare fanns med i klassen. För båda var det endast deras andra tävling men de lyckades ändå båda putsa sina personbästan i samtliga moment. Noel fick med sig alla tre böjar med 200kg i sista vilket är nytt [åländskt rekord](#). I bänken slutade han på 115kg efter en bom på 120kg i sista. Marken slutade också på 200kg efter bom på 210kg i sista och han stannade på 515kg total vilket gav en fjärde plats. Filip satte 167,5kg i första knäböjen, höjde till 177,5kg i andra vilket han fick upp hela vägen men tyvärr underkänt. Han försökte igen i sista men då orkade han inte hela vägen upp. I bänken blev det 97,5kg i andra men bom på 105kg i sista. I marken drog han alla tre lyft med 200kg som bäst vilket innebar 465kg totalt. Guldet gick på 602,5kg, silver på 580kg och brons på 572,5kg. Guld och brons gick till Hangös Liam Biström och William Granit.

Totalt tretton lyftare tävlade i 83kg klassen, Filip S. fick med sig två böjar med 197,5kg som bäst från andra rundan, han fick också upp 205kg i sista lyftet men det underkändes med 2-1 av domarna. I både bänken och marken fick han alla tre lyft med 117,5kg och 262,5kg och han slutade på en fin andra plats med 577,5kg totalt. Guldet gick på 630kg och bronset också det på 577,5kg men med tyngre kroppsvikt än Filip S. Bänk, mark och totalen var nya personbästan och marken är nytt [SFI-rekord](#). Han slutade också fyra på poäng bland alla U18 killar vilket mycket väl kan innebära att han kan vara aktuell för en landslagsplats senare under året.

I Emils klass fanns fyra lyftare med och han kunde ganska bekvämt plocka hem guldets genom serien 195kg i knäböj, 117,5kg i bänkpress, 225kg i marklyft och 537,5kg, samtliga resultat gjordes i andra rundan, tredje lyftet i samtliga moment blev bommar men skoj att se

att målet är högt satt och varför inte satsa då chansen ges. Silver och brons gick på 505kg samt 462,5kg. Marken och totalen är nya SFI-rekord och bänken nytt åländskt rekord.

Jonathan fick till en riktigt bra tävling, han satte alla sina lyft och slutade femma bland åtta lyftare med serien 180kg i knäböj, 110kg i bänkpress, 220kg i marklyft och 510kg totalt, samtliga resultat är nya personbästan. Medaljerna gick på 673kg, 620kg och 567,5kg.

Otto var en av favoriterna bland tolv lyftare i klassen. Han inledde starkt med nytt personbästa i knäböj då han satte 245kg i andra lyftet, 250kg i sista lyckades dock inte den här gången. Också i bänken blev det två godkända lyft med 157,5kg som bäst efter en bom på 160kg i sista. Inför marken låg han bra till i medaljstriden och han klarade ingången på 230kg utan problem. Han ökade till 237,5kg till andra men lyckades inte riktigt låsa ut i slutläget och lyftet underkändes, han valde ändå att öka till 250kg till sista lyftet vilket tyvärr blev en repris på det föregående och han slutade på 632,5kg totalt vilket innebar att han låg på guldposition efter alla sina lyft. Bakom hotade dock en vass markare, Veikko Eskelinen, som försökte på finska rekordet 301kg i sitt sista lyft vilket även hade givit honom guld i totalen. Det blev dock en bom och guldet gick till Otto. Silver och brons gick på 627,5kg och 617,5kg. Knäböj och total är nya SFI-rekord. Otto fick även göra ett dopingtest efter tävlingen.

En riktigt spännande dag med vassa insatser av samtliga ÅKK-lyftare, stort grattis till bra resultat!

Ännu ett silver och ett brons under sista dagen på junior FM i klassisk styrkelyft

Published: 04 February 2024 | Hits: 1043



Under söndagen så tävlade ytterligare fyra ÅKK-juniorer på J-FM i Påmark, [Kasimir Portin](#) och [Lucas Fogde](#) i 93kg klassen U23 samt [Aaron Nordberg](#) och [Lukas Dimic](#) i 120kg klassen U23.

I 93an kom tolv lyftare till start och både Kasimir och Lucas fick till bra tävlingar. Kasimir satte nytt personbästa och nytt åländskt rekord med 227,5kg i andra rundan och försökte sedan på 235kg i sista men det blev för tungt för dagen. I bänken fick han med sej alla tre lyft

med 160kg i sista, också det nytt personbästa, och i marken blev det två godkända med 260kg som bäst efter bom på 270kg i sista. Totalt gav det nytt personbästa och nytt [åländskt rekord](#) på 647,5kg och en sjätte plats i tävlingen. Lucas satte nya personbästan i både knäböj, marklyft och totalt efter serien 167,5kg i knäböj, 122,5kg i bänkpress, 200kg i marklyft och 490kg totalt vilket gav en tolfte plats. Guld, silver och brons gick på 810,5kg, 715kg och 710kg.

Fyra lyftare kom till start i 120kg klassen och Aaron fick till en bra start i tävlingen med nya personbästan i både knäböj och bänkpress efter att ha satt alla tre lyften i båda momenten. [Bänken var nytt SFI-rekord i klassen](#). Lukas siktade in sej på nya personbästan men fick tyvärr en kämpig start då han endast fick med sej ingångsvikterna i alla tre moment med 220kg i knäböj, 137,5kg i bänkpress och 275kg i marklyft. Han hade 285kg hela vägen upp i andra marken men lyckades tyvärr inte riktigt låsa ut de sista centimetrarna och lyftet underkändes av domarna. Totalt gav det brons på 632,5kg, femton kilo under personbästat från SFIM i slutet av förra året. Aaron fick en bra start då han satte alla tre knäböj med nytt personbästa och nytt [åländskt rekord](#) på 250kg i sista böjen. Också i bänken belv tre godkända och personbästa samt åländskt rekord efter att han tryckt upp 190kg i sista lyftet. Han avslutade också starkt i marken med tre godkända och ett fint pers på 290kg i sista, totalt slutade han på 730kg, nytt pers totalt med hela 30kg och även nytt åländskt rekord. Detta gav honom en silvermedalj, guldet gick på 782,5kg.

Starkt jobbat av alla tio som tävlade under helgen, riktigt roligt att se att träningen ger resultat vi ser fram emot många nya personbästan under det kommande året! Det är inte heller omöjligt att några av lyftarna kan bli aktuella för landslagslatser senare under året.

ÅKK slutade tvåa i rankingen över lyfta poäng bland femtionio föreningar på J-FM

Published: 04 February 2024 | Hits: 702



Lyftare från totalt femtionio föreningar deltog under helgens junior-FM och ÅKKs stora antal lyftare samt fina resultat gjorde att ÅKK blev mästerskapens näst bästa förening sett till poäng! Återigen stort grattis till juniorerna!

Finnish Classic Sub-Junior and Junior Powerlifting Nationals

🇫🇮 Pomarkku, 2/2 - 2/4/2024, FPF

🏠 Current progress ▾ 🏆 Results ▾ 🏆 Absolute order ▾ 🇫🇮 Language ▾ 🖨️

Absolute order in total

Clubs points (by lifted points)

Pl.	Club name	Total	GL	Points
1.	OPT	2,218.0	430.952869	40 [12, 9, 8, 6, 5]
2.	ÅKK	3,125.0	427.761165	13 [7, 3, 1, 1, 1]
3.	RautU	2,778.0	424.127963	13 [9, 1, 1, 1, 1]
4.	PV-81	2,587.5	396.125256	15 [9, 3, 1, 1, 1]
5.	HAK	2,585.0	364.687908	10 [4, 3, 1, 1, 1]
6.	TVN	1,985.0	337.780715	5 [1, 1, 1, 1, 1]
7.	KaVo	2,235.0	317.616063	19 [9, 7, 1, 1, 1]
8.	PomPy	1,420.5	313.849567	31 [9, 8, 7, 4, 3]
9.	NyKK	1,817.5	283.718702	4 [1, 1, 1, 1]
10.	E-SV	1,602.5	254.146348	22 [12, 8, 1, 1]
11.	KK Eken	1,402.5	246.818143	7 [4, 1, 1, 1]
12.	PyY	1,344.0	243.789468	14 [12, 1, 1]
13.	EV	1,767.5	227.487568	11 [6, 4, 1]
14.	HPT	1,665.0	218.761880	7 [5, 1, 1]
15.	LIKE	1,205.0	191.814378	3 [1, 1, 1]
16.	OSC	1,190.5	175.239122	13 [8, 5]
17.	ViNo	887.5	155.022590	3 [2, 1]
18.	KeBo	833.0	151.788157	10 [9, 1]
19.	MeVo	875.0	151.374050	2 [1, 1]
20.	IdVo	985.0	150.856950	2 [1, 1]
21.	OplI	985.0	150.845154	3 [2, 1]
22.	ViVo	1,197.5	149.603772	2 [1, 1]
23.	KP	1,120.0	149.189852	2 [1, 1]
24.	ViitVi	885.0	131.585595	2 [1, 1]
25.	TamRy	910.0	131.082560	2 [1, 1]

Fem tävlade på ÅKKs klubbmästare i klassisk styrkelyft

Published: 02 March 2024 | Hits: 859



Under dagen kördes en liten klubbmästare i klassisk styrkelyft nere i Idrottsgårdens gym, fyra lyftare fanns med i anmälningslistan men då Emil Högbäck dök upp på morgonen och skulle passa så lyckades vi istället att övertala honom om att väga in och vara med och köra en oplanerad tävling så i slutänden var det fem lyftare med.

I 74kg klassen U18 hade vi en debutant med, Amandus Löfström, född 2006. Han var lite nervös inför tävlingen men lyckades bra och satte alla sina nio lyft med serien 70kg i knäböj, 50kg i bänkpress och 135kg i marklyft vilket gav 255kg totalt. Vi hoppas att han kände att det fanns mera att ge och att han dyker upp igen!

[Emil](#) som i vanliga fall brukar tävla i 66kg klassen vägde på spontaninvägningen in på 69,4kg och tävade därmed i 74kg klassen U23 där han inledde med att plocka det åländska rekordet i knäböj då han klarade 202,5kg i sitt andra lyft, han stod sedan över sista böjen. I bänken blev det ett lyft på 110kg och i marken blev det två lyft med 210kg som bäst och han slutade därmed på 522,5kg. Strongt av Emil att visa att man kan vara lite spontan i sitt tävlande och alla tävlingar ger någon erfarenhet som man kan ta med sej i framtiden.

Dagens andre debutant var Andrei Moise, född 2005, han tävlade i 83kg klassen U23 och också han satte alla sina nio lyft med serien 120kg i knäböj, 80kg i bänkpress, 150kg i marklyft och 350kg totalt. Vi hoppas att också han fick blodad tand och dyker upp på tävlingslavan igen snart!

[Ville Skåtar](#) gjorde sin andra tävling och tävlade i 83kg klassen där han fick med sej nya personbästan i knäböj, bänkpress och totalt efter serien 175-137,5-202,5=515kg.

Nyblivne 60års veteranen [Tommy Nordlund](#) vägde in på 104,95kg i 105kg klassen där han hade siktet inställt på att putsa [Klas Helens åländska veteranrekord i klassen](#) och han fixade nya rekord i böj, marklyft och total efter serien 125-105-180=410kg.

Domare under tävlingen var Kenneth "Kenta" Sandvik, Johan Sundberg och Ove Lehto. Stort tack också till passarna och sekretariatet!

Ove Lehto har utsetts till European Powerlifting Federations (EPF) Hall Of Fame!

Published: 16 March 2024 | Hits: 850



[Finska förbundet meddelade under dagen](#) att Ove Lehto har utsetts till European Powerlifting Federations (EPF) Hall Of Fame!

Varje år utser EFP en dam och en herrlyftare samt en ledare till sin Hall Of Fame och i samband med årets Europeiska mästerskap i klassisk styrkelyft, som just nu avgörs nere i

Kroatien, så har man utsett Ove till detta exklusiva gäng! Han är dock inte förse ÅKKare att finnas med där, redan 2015 utsågs Kenneth "Kenta" Sandvik, [se hela listan här](#).

Starka juniorer då ÅM i styrkelyft avgjordes

Published: 28 April 2024 | Hits: 665



Åländska mästerskapen i styrkelyft 2024 avgjordes på lördagen i Idrottsgården dit hela 24 lyftare, varav 17 juniorer, hade kommit för att göra upp inför en stor publik.

Alina Mattsén tävlade ensam i 63 kg klassen och fick med sig i en fin serie på 135 kg i knäböj, 80 kg i bänkpress och 160 kg i marklyft där samtliga lyft var personbästa. Alina fick även pris för bästa damlyftare på poäng.

Dagens andra damlyftare var Ann-Sofi Boman i 84 kg klassen, hon drog ett efterlängtat pb i marklyft på 180kg. Marklyftet och totalen på 405 kg är finlandssvenska rekord för damer över 40 år. Knäböjen på 140 kg är åländskt veteranrekord i D40.

Love Bengtsson var en av dagens debutanter i 74 kg-klassen M18, han gjorde en stark serie på 177,5 kg i knäböj, 112,5 kg i bänkpress och 210 kg i marklyft vilket gav en nätt total på 500 kg och en guldplacering. Bänken är också nytt åländskt rekord för 18-åringar. Silvret gick till Elis Norrgård, som också debuterade i tävlingssammanhang, med totalen 405 kg och bronset fick Amandus Löfström med en total på 290 kg.

Filip Strand tävlade ensam i 83 kg klassen M18, han fick med sig 215 kg i knäböj, 120 kg i bänkpress och 275 kg i marklyft där marklyftet var åländskt rekord både i öppen klass och för juniorer och finlandssvenskt juniorrekord.

Även Noel Dolke tävlade ensam i sin klass, -93 kg M18, där böjen höll på att bli en rysare när både första och andra lyftet i böjen inte blev godkända. Han kom dock igen till tredje och sista försöket där han fick med sig ingångsvikten på 185 kg i knäböj. Därefter tog han 120 kg i bänkpress och 207,5 kg i marklyft.

Filip Petkovic fick godkända lyft rakt igenom och slog tidigare personbästan med serien 180 kg i knäböj, 110 kg i bänkpress och 210 kg i marklyft i -105 kg klassen för herrar under 18 år.

Emil Högbäck och Jonatan Raitanen gjorde upp i 74 kg klassen där Emil tog hand om guld med serien 210 kg i knäböj, 130 kg i bänkpress och 240 kg i marklyft där både knäböj och

totalen på 580 kg var både åländska och finlandssvenska rekord. Jonatan fick silver men även inofficiellt pris för dagens bästa kämparlyft i både bänken och marken där han krigade upp 112,5 kg och 220 kg.

I 93kg-klassen deltog Kasimir Portin och Björn Berg. Kasimir gjorde en bra tävling där samtliga lyft blev godkända och förutom guldets putsade han åländska rekorden i både öppna klassen och för herrar under 23 år med 233,5 kg i knäböj, 272,5 kg i marklyft och 663,5 kg i totalen. Knäböjen var även finlandssvenskt juniorrekord. Björn som hade gjort en ofrivillig magtömning tidigare i veckan fick silvret med en total på 550 kg men knep även åländska veteranrekordet i M40 med en knäböj på 197,5 kg.

83kg klassen för herrar hade 6 deltagare där junioren Otto Sjuls dominerade och knep både guldets priset för bästa junior och herrlyftare på poäng med serien 250 kg i knäböj, 160 kg i bänkpress och 250 kg i marklyft. Knäböjen och totalen på 660 kg är åländska rekord i både öppen klass och för herrar under 23 år samt finlandssvenska juniorrekord. Silvret blev en jämn kamp mellan Jun Nagamori och Ville Skåtar där båda fick en total på 535 kg men Ville som vägde 100 g mindre än Jun vid invägningen vann silvret. Jun fick dock trösta sig med att han fick putsa veteranrekorden i sin klass med 140 kg i bänken, 225 kg i marken och totalen på 535 kg. Hector Bergman blev fyra med en total på 522,5 kg, Andrei Moise femma med totalen 492,5 kg och Henry Hermans som hade sikte på godkända lyft inför ett eventuellt deltagande i masters FM senare i år fick sjätteplaceringen med totalen 325 kg.

I 105 kg-klassen för herrar tävlade Hannes Helling, Tommy Nordlund och Liam Welin. Hannes vann guldets putsade personbästan som gav en total på 557,5 kg och Tommy fick silvret med en total på 435 kg där knäböjen på 145 kg, bänken på 115 kg och totalen på 435 kg var åländska rekord för herrar över 60 år. Liam fick med sig 175 kg i böjen men inga godkända lyft i bänken och blev därmed diskad. Vi hoppas han dyker upp igen för revansch.

-120 kg klassen hade två vassa deltagare. Aaron Nordberg klarade alla sina lyft som samtliga var åländska juniorrekord och bestod av 252,5 i knäböj, 195 kg i bänkpress, 292,5 kg i marklyft och 740 kg i totalen. Bänken och marken är även finlandssvenska juniorrekord. Lucas lyfte ihop en total på 670 kg och gjorde ett försök på rekordvikten 300 kg i mark efter ett andra lyft på 290 kg men den kom inte ända upp denna gång.

Slutligen fanns 120+ klassen där Ove Lehto deltog. Han visade som vanligt var skåpet ska stå med 9/9 godkända lyft där bänken på 225 kg, marklyftet på 310 kg och totalen på 770 kg var finlandssvenska veteranrekord i klassen för herrar över 50 år. Marklyftet var 31:a året i rad som Ove dragit marklyft på över 300 kg på tävling! Han fick välförtjänt pris för tävlingens bästa veteranlyftare på poäng.

Stort tack till alla deltagare, passare, sekretariatet, domare, publik och alla andra som bidrog till en lyckad tävling. Mycket glädjande med så många juniorer och debutanter som visade både stilrena lyft där det fanns mer i tanken och riktiga krigarlyft, vi hoppas alla fick mersmak att komma igen och hoppas även fler debutanter vill pröva på att tävla. Finns fortfarande mycket plats att fylla ut på juniorsidan för damer.

Nytt VM-brons till Marcela

Published: 29 May 2024 | Hits: 570



Marcela Sandvik tävlade i öppna 52kg klassen då VM i utrustad bänkpresa avgörs i Austin, Texas USA. Hon satte alla sina nio lyft med serien 105kg i första, 107,5kg i andra och 110kg i sista.

Guldet gick till Japan på 132,5. Silver till GBR på 110 och bronset till Marcela på 110 (tyngre kroppsvikt). Hon blev nerpetad till fjärde plats inför sitt sista lyft då hon hade begärt 112,5 och tvingades sänka för att säkra medalj. Fjärdeplatsen gick nu till USA på 110 (vägde tyngst av alla). Femte plats till Maria FIN på 105. Sjätte plats till UKR på 95 kg.

Marcelas resultat var nytt Master 2 Europarekord (veteraner 50-59 år). Det gamla låg på 98 kg.

Kenta fyra på sin tjugoförsta tävlingsstart på VM i bänkpress

Published: 02 June 2024 | Hits: 597



Kenneth "Kenta" Sandvik tävlade under natten då +120kg klassen avgjordes under VM iutrustad bänkpress i Austin, Texas USA, läs Kentas egna kommentarer här nedan.

Jag tävlade på bänkpress-VM med utrustning idag för 21 gången (vilket för mig upp som statistiketta i den kategorin).

Som rankad sexa i viktklass 120+ kg var det en lång uppförsbacke till medaljplats, men jag höll mig länge kvar där uppe under tävlingens gång. Jag kämpade men nådde inte så långt resultatmässigt. Ingång 310 rätt segt och lite sådär med utlösningen men 2-1 godkänt. Med det ledde jag faktiskt tävlingen efter första rundan.

I det läget fanns det inte annat att göra än att lasta 330, så jag gick på det två gånger och hade riktigt bra försök båda gångerna, men orkade inte de sista centimetrarna på vänster arm.

Under tävlingens gång halkade jag ner till fjärde plats. Guld och silver till Kanada. Bentley 372,5 och Martin 330 (lättare än mig). Brons till Mirblom SWE på 330 (tyngre än mig så det var honom jag attackerade).

Guld och silver for till Kanada (372,5 och 330 kg) medan bronset for till Sverige (330 kg).

Jag är helt nöjd med en fjärdeplats, även om det var lite surt att medaljplats inte var helt utom räckhåll.

Tack för coachhjälp Marcela Sandvik, Kaj Mattila, Mats Finne och Seija Skogman.

Bänkpresstävling med internationell touch då SFIM i bänkpresa ordnades tillsammans med ÅSW på torget i Mariehamn

Published: 29 June 2024 | Hits: 869

Under dagen arrangerade ÅKK SFI-mästerskapen i bänkpresa på torget i Mariehamn. Tävlningen var också en del av [Åland Sport Week](#) som arrangerades för första gången på initiativ från Ålands Idrott, tanken är att man samlar flera idrotter som kör tävlingar under en och samma vecka och i år var alltså bänkpresa en av idrotterna. Totalt femtiofyra lyftare kom till start varav tre dubblerade och körde både klassiskt och utrustat.

Utöver lyftare från SFI-föreningarna så hade vi även bjudit in andra lyftare både från resten av Finland samt Sverige till tävlingen. Tyvärr så nappade inte några extra lyftare från Finland men sex riktigt vassa svenska lyftare besökte Åland den här gången. Domare fanns på plats med licens att döma nationella rekord och det slogs också några nationella veteranrekord under dagen. Finländskt rekord: klassiskt -52 kg (Master 2) Marcela Sandvik 75 kg och 120+ kg (Master 2) Ove Lehto 222,5 kg klassiskt samt 315 kg utrustning samt Svenskt rekord: klassiskt -84 kg (Master 2) Annica Åberg 87,5 kg och 120+ kg (Master 1) Tommy Påhls 245 kg klassiskt

Vädret blev som vi hoppades på och lyftarna kunde värma upp under tält för att sedan komma upp på scenen där tävlingen hölls. Ett av målen med att arrangera en utomhustävling var att locka en publik som annars aldrig skulle komma och se på en bänkpresstävling och det lyckades vi också med, torget var välfyllt med publik som hejade ivrigt på alla lyftare.

SFI-tävlingen avgjordes helt som vanligt baserat på vikt- och åldersklasser medan Åland Sport Week tävlingen avgjordes på poäng i klasserna lättvikt (damer -47 kg och -52 kg, samt herrar -59 kg och -66 kg), mellanvikt (damer -57 kg och -63 kg, samt herrar -74 kg och -83 kg), lätt tungvikt (damer -69 kg och -76 kg, samt herrar -93 kg och -105 kg) och tungvikt (damer -84 kg och 84+ kg, samt herrar -120 kg och 120+ kg).

Då de som tävlade i SFI-tävlingen tävlade i sina respektive vikt- och åldersklasser så blev det många medaljörer i den tävlingen, ser man till ÅSW tävlingen så blev vinnaren i damernas klassiska lättvikt Marcela Sandvik ÅKK, mellanvikten Alina Mattsén ÅKK, lätt tungvikt Josefina Saarinen Ekenäs och tungvikt Malin Olofsson ÅKK. På herrsidan fanns inte några lättviktare med men i övrigt så var det tre av våra gästande lyftare som plockade hem segern, mellanvikt Edvin Öhrström Örebro KK, lätt tungvikt Josef Eriksson Hallsbergs AK och tungvikt Tommy Påhls Borlänge AK. I utrustade klasserna så gick ÅSW medaljerna till Marcela Sandvik i lättvikten för damer medan Lucas Fellman och Ove Lehto tog hem herrarnas mellanvikt och tungvikt. Under prisutdelningen så fick också Ove Lehto ta [emot EPFs Hall of fame plakett](#) av domaren och styrelsemedlemmen i Finlands Styrkelyftförbund Ville Orasmaa.

Som vanligt ett jättestort tack till alla som hjälpte till både före, under och efter tävlingen, många ideella timmar har gått åt att sy ihop alla trådar inför arrangemanget! Stort tack också till domarna som var inresta till Åland för denna tävling och naturligtvis ett stort tack till alla

lyftare som bjöd på fina prestationer under dagen!

Ett stort tack även till sponsorerna [Åland Post](#) Ab, Cantrax Ab och [Viking Line](#)!

Det som återstår nu är att se om detta kan bli en återkommande del av ÅKKs-tävlingskalender, Ålands Idrott är redan igång och planerar inför nästa års ÅSW!

Malin fyra på EM-debuten i klassisk bänkpress

Published: 08 August 2024 | Hits: 494



Under dagen avgjordes damernas -84kg klass under EM i klassisk bänkpress nere i Istanbul, Turkiet. ÅKKs Malin Olofsson landslagsdebuterade och var en av fyra lyftare i klassen.

Efter nytt personbästa på 100kg på SFIM i bänkpress i slutet av juni så var siktet inställt på något liknande också här men tyvärr så blev det bara ingångsvikten på 90kg som slutresultat efter två bommar på 95kg. Första slog i ställningen, andra kom hela vägen upp men underkändes av domarna på grund av en sänkning.

90kg räckte bara till en fjärde plats, medaljerna gick på 132,5kg, 122,5kg och 120kg, lite tråkigt att inte få ut max då man är på en stortävling, men vi hoppas att detta gav mersmak och inspiration till kommande träningspass!

Marcela och Kenneth "Kenta" Sandvik tävlar som vanligt i den utrustade tävlingen, Marcela i 52kg klassen och Kenta i 120+kg klassen, båda avgörs söndagen den 11 augusti.

Silver och nytt europarekord för veteraner av Marcela på EM i utrustad bänkpress

Published: 11 August 2024 | Hits: 469

Kenta rapporterar från dagens EM i utrustad bänkpress nere i Istanbul, Turkiet.

Marcela tog silver efter en tight tävling i damernas 52kg klass med tre godkända lyft på 107,5 112,5 115kg där andra och tredje lyftet är nya europarekord för veteraner över 50år. Guldet

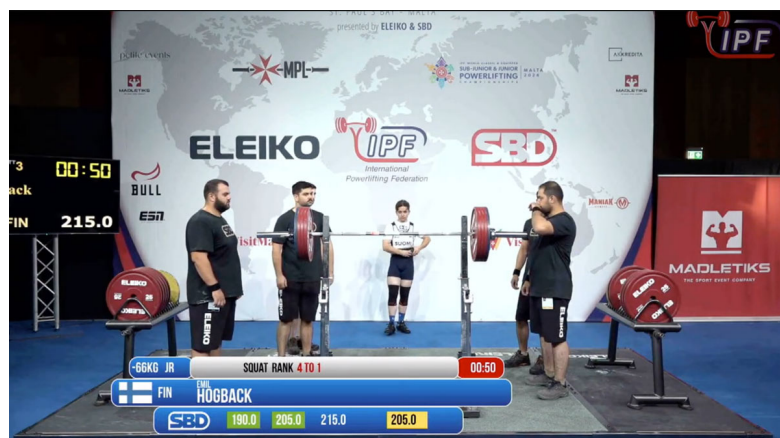
gick till Ukraina som gick förbi i tredje rundan med 117,5. Brons till en annan finska på 115 (50 gram tyngre kroppsvikt än Marcela). Fjärde plats till Sverige på 100 kg. Detta var hennes nittonde start i öppen kategori på bänkpress EM och hon har tagit medalj alla gånger!

Gällande sin egen tävling i +120kg klassen skriver Kenta:

Sjukdom och dålig träning ledde till dålig tävling för mig idag. Det var svettigt på uppvärmningen och jag hade enorma problem att få på skjortan ordentligt. Massor med gubbar drog i den, men sen hittade jag en starkare som drog i den inför sista rundan. Då fick jag upp ingången 300 med nöd och näppe. Godkänt 2-1. Puh... Låg på silverplats men blev nerputtad till fjärde. Guld till Sverige på 340 (ingången i sista), silver till Estland på 310 och brons till Ukraina på 302,5.

Landslagsdebut av ÅKK-junioren Emil Högbäck

Published: 02 September 2024 | Hits: 433



ÅKK-junioren Emil Högbäck landslagsdebuterade under dagen då han tävlade i 66kg klassen för juniorer U23 på junior VM i klassisk styrkelyft nere på Malta. Emil är född 2004 så att tävla i U23 klassen innebär att han tävlar mot lyftare som är flera år äldre, så man kan se denna tävling som en chans att se och lära.

Totalt fjorton lyftare kom till start i klassen och tävlingen delades därför upp i en A- och en B-grupp där Emil hamnade i B-gruppen som tävlade under morgonen. A-gruppen tävlade sedan först på kvällen så det tog ett tag innan alla placeringar var klara. Emil var inte riktigt i samma form som på ÅM i slutet av april då han klarade 580kg totalt, då i 74kg klassen. Idag vägde han, efter en ganska hård bantning under sista dagen, in på 65,40kg och fick med sej två lyft i respektive moment vilket gav serien 205kg i knäböj, 117,5kg i bänkpress, 225kg i marklyft och 537,5kg totalt och han slutade därmed på en fjortonde plats totalt. Upp till medaljerna var det långt, guld, silver och brons gick på 692,6kg (nytt juniorvärldsrekord), 647,5kg och 640kg.

Filip Strand, andre ÅKK-junior att landslagsdebutera under JVM

Published: 05 September 2024 | Hits: 502



Junior VM i klassisk styrkelyft fortsätter nere på Malta och under dagen tävlade Filip Strand i 83kg klassen U18år där hela tjugofem lyftare kom till start. Lyftarna delades upp i en A- och en B-grupp och Filip fanns med i B-gruppen som lyfte först. Han inledde starkt med att sätta alla tre lyft i både knäböj och bänkpress. I böjen blev det ett riktigt maxat sista lyft på 212,5kg och också i bänken fick han ut nära max då han klarade 122,5kg. I marken inledde han på 260kg och klarade ganska bekvämt och han ökade till 272,5kg till andra. Tyvärr så orkade han inte riktigt låsa ut vikten helt och lyftet underkändes, han gjorde ännu ett försök på samma vikt i sista lyftet men då var tanken tom och han fick ge sig halvvägs.

Totalt stannade han på 595kg vilket gav en sextonde plats, inte riktigt i nivå med [personbästat på 610kg totalt](#), men ändå en bra insats med tanke på resa och att det var hans första större tävling! Guld, silver och brons gick på 770,5kg, 757,5kg och 690kg.

Träningskompisen Filip Petkovic fick också dra på sej den finska landslagströjan då han agerade coach till Filip under tävlingen.

Personbästa på JVM av Otto Sjuls

Published: 06 September 2024 | Hits: 420

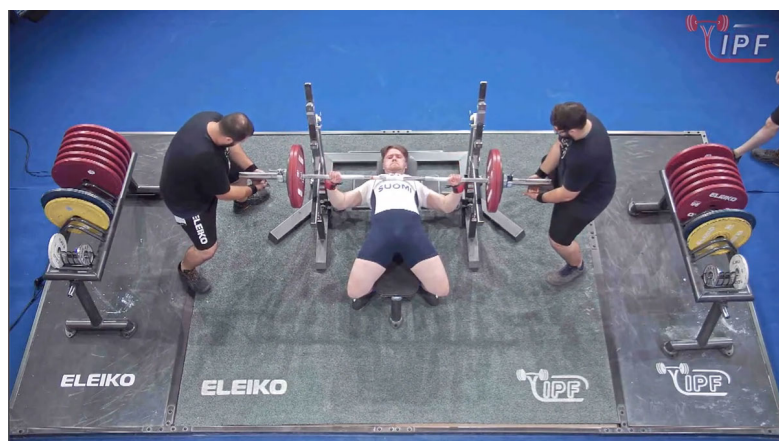


Otto Sjuls tävlade under dagen då J-VM i klassisk styrkelyft rullar vidare nere på Malta. Hela 29 lyftare kom till start i 83kg klassen för juniorer U23 och Otto som är född -05 hamnade också på att tälva mot lyftare födda -01. Han fick till en riktigt bra tävling där han satte samliga nio lyft med serien 240kg i knäböj, 170kg i bänkpress, 260kg i marklyft och 670kg totalt, [nytt personbästa i bänk, mark och total](#). Resultatet gav en tjugotredje plats den här gången men som sagt så finns ännu många år kvar som junior ännu. Upp till medaljerna saknas det ännu en del, guld, silver och brons gick på 802,5kg, 800kg samt 765kg.

Extra roligt var det att se att klubbkamraterna fanns på plats på läktaren med den åländska flaggan!

Personbästa i knäböj av Kasimir Portin på JVM

Published: 07 September 2024 | Hits: 421



[Kasimir Portin](#) var fjärde ÅKK-junior att tävla på JVM nere på Malta, han fanns med i 93kg klassen U23 där totalt trettiofem lyftare kom till start. Tävlingen delades upp i en A- och en B-grupp där Kasimir var med i B-gruppen som var först ut. Han inledde starkt med att sätta alla tre knäböj där han kämpade upp ett fint personbästa på 247,5kg i sista lyftet. I bänken fick

han två lyft med 157,5kg som bäst efter en bom på 162,5kg medan det i marken blev bara ingångsvikten på 260kg efter två bommar på nya personbästat 275kg, vikten var helt enkelt för tung den här dagen. Totalt slutade det med 660kg och en 31a plats. Guld, silver och brons gick på 845,5kg, 845kg samt 830kg.

Elva lyftare deltog på ÅM i bänkprens

Published: 07 September 2024 | Hits: 494



Årets åländska mästerskap i bänkprens avgjordes under dagen nere i Idrottsgårdens gym, elva lyftare kom till start. Även om inte deltagarantalet var så stort så bjöds det på en hel del fina prestationer under dagen och den lilla publik som samlats hejade på bra.

I -74 kg klassen för juniorer tävlade Love Bengtsson, han tog 105 och 115 kg i sina första lyft men krafterna räckte inte till idag för ett putsat personbästa på 122,5 kg. Det blev ändå guldplacering i hans klass och han fick även pris för bästa juniorlyftare på poäng. Dagens andra junior var Elis Norrgård som tävlade i -83 kg-klassen. Han tog 100 kg i andra lyftet som var tävlingspb med 5 kg, i sista gick han för 105 kg men den var för tung idag.

På damsidan hade vi Ann-Sofi Boman som tävlade i -76 kg klassen där hon i tredje lyftet tog 90 kg vilket är finlandssvenskt m1-rekord. Malin Olofsson tävlade i -84 kg där hon gjorde serien 92,5 kg och 97,5 kg och slutligen ett försök att putsa sitt personbästa i sista lyftet med 102,5 kg men den kom inte idag. Sandra Lönn tävlade idag klassiskt och gjorde en fin serie på 100-105 och 110 kg i 84+klassen där 110 kg är SFI-rekord och även inofficiellt finskt rekord i M2 för damer. Sandra blev även dagens bästa damlyftare på poäng.

Ville Skåtar tävlade i -83 kg och där han putsade sitt tidigare tävlingspb genom att ta 142,5 kg i andra lyftet, han gjorde även ett försök på 145 kg i tredje där det blev bom. Jun Nagamori i -93 kg klassen gjorde en nästan identisk serie med 140 i andra lyftet och önskade 145 kg i tredje för pb, den kom upp men underkändes pga rumplyft. 105 kg klassen var dagens största klass med två tävlande. Andreas Rosenberg drog det längsta strået där han tog 180 kg i ingången, han gjorde även försök på 195,5 kg vilket skulle varit sfi-rekord. Han fick förutom guldplacering även pris för bästa herrlyftare på poäng. Anders Johansson tog hand

om silvret med en stabil serie på 137,5-142,5-145.

Slutligen i 120+ klassen hade vi två tävlanden där Johan Nordberg tävlade klassiskt i M3 (veteraner 60-69 år) och Ove Lehto hade dragit på sig skjortan för att tävla i utrustat. Johan pressade upp serien 125-135-140 vilket var åländskt rekord i M3. Ove tog ingångsvikten på 300 kg. Han gjorde även två försök på 320 kg som inte ville sig idag. Ove fick pris för bästa herr och veteranlyftare och guld förstås.

Aaron Nordberg andre ÅKK-lyftare att knäcka 200kg gränsen i klassisk bänk

Published: 08 September 2024 | Hits: 459



[Aaron Nordberg](#) var siste ÅKK-junior ut på JVM nere på Malta, han tävlade i -120kg klassen för juniorer U23 där arton lyftare kom till start. Tyvärr så kände Aaron av en ryggskada och var tvungen att skippa sattsningen på både knäböj och marklyft, han gjorde endast ett lyft på 75kg i vardera av dessa moment. Detta öppnade dock upp för honom att satsa för fullt i bänken och där lyckades han bra med tre godkända lyft och fina 200kg i sista lyftet vilket inte bara är nytt personbästa och nytt SFI-rekord för juniorer utan han kommer också in på en väldigt exklusiv lista av ÅKK-lyftare som klarat av 200kg eller mer i klassiskt bänkpress på tävling. Enda namn på den listan sedan tidigare är Ove Lehto så stort grattis till Aaron!

Totalen blev bara 350kg för Aaron och han slutade på en artondeplats, guld, silver och brons gick på 938kg, 902,5kg och 900kg.

Filip Strand nia på J-EM i klassisk styrkelyft

Published: 06 October 2024 | Hits: 394



ÅKK-juniorer [Filip Strand](#) tävlade under kvällen i -83kg klassen U18 vid Europamästerskapen i klassisk styrkelyft för juniorer nere i Tjeckiska Pilsen. Klassen hade tjugo startande och delades upp i en A- och en B-grupp där Filip låg på en elfte plats i förhandsanmälningarna. Han gick i B-gruppen som var först ut. Svårt att försöka vara taktisk i viktvalen med andra ord så det var bara att gå på för fullt och sedan se hur långt det kunde räcka.

Filip vägde in på 81,10kg och i böjen blev det två godkända lyft med 207,5kg i andra efter en bom på tangerade personbästat 215kg i tredje lyftet. I bänken satte han alla tre lyft med nya personbästat 125kg i sista. I paradgrenen marklyft gick han in på 260kg, satte sedan 270kg lätt i andra och begärde upp 280kg för nytt personbästa till sista lyftet. Vikten lossnade från marken men kom tyvärr bara någon centimeter upp innan han fick ge upp. Totalt stannade han på 602,5kg vilket, efter att A-gruppen avslutat tävlingen, visades sig räcka till en nionde plats totalt och i marken slutade han sexa. Guld, silver och brons gick på 741kg, 677,5kg respektive 665kg.

Med på resan var också ÅKK-junioren Filip Petkovic som coachade under tävlingen.

Otto Sjuls elva på J-EM i klassisk styrkelyft

Published: 10 October 2024 | Hits: 421



[Otto Sjuls](#) tävlade under dagen på J-EM i klassisk styrkelyft i Tjeckiska Pilsen, han tävlade i 83kg klassen för juniorer U23 där arton lyftare kom till start.

Han låg på en sjuttonde plats i förhandsanmälningen och hamnade därmed i B-gruppen som var först ut. Han fick en bra start med alla tre böjar och 242,5kg i sista lyftet. Också i bänken fick han alla tre lyft med ett lätt lyft på 170kg i sista medan han i marken fick nöja sig med två godkända och 252,5kg som bäst efter en bom på 260kg i sista lyftet. Totalt stannade han på 665kg, fem kilo mindre än hans resultat från JVM i slutet av augusti. Då A-gruppen lyft klart visade det sig att han hamnade på en elfte plats totalt; guld, silver och brons gick på 800,kg, 785kg, och 750kg.

Ann-Sofi Boman var ende ÅKK-lyftare på plats då årets SFI-mästerskap i styrkelyft avgjordes

Published: 19 October 2024 | Hits: 310



Under lördagen hölls finlandssvenska mästerskapen i styrkelyft i Jakobstad. 30 lyftare deltog varav [Ann-Sofi Boman](#) representerade Ålands kraftsportklubb. Ann-Sofi tävlade i -84 kg klassen för 40-åringar där hennes serie på 140 kg i knäböj, 85 kg i bänkpress och 180 kg i marklyft gav en total på 405 kg och guldplacering. Silvret gick till Hangös Cathina Grönholm med totalen 390 kg och bronset till Niina Fred från Vasa på 345 kg.

Alandia stöder våra juniorer

Published: 20 October 2024 | Hits: 403

[Alandia](#) kommer att stöda ÅKK's juniorer i vinter genom att bidra med en stor del av resekostnaderna till klassiska styrkelyft-FM för juniorer i Ekenäs i månadsskiftet januari/februari 2025.

Antalet juniorer i ÅKK har varit på ständig uppgång under de senaste åren, till att i år faktiskt utgöra exakt hälften av klubbens 38 licensierade lyftare! Många av dem har redan hunnit pröva sina vingar internationellt. FM-tävlingarna är språngbrädan ut i världen, vilket gör dem till mycket viktiga tävlingar. För de flesta utgör dock FM det största målet för året.

Vi tackar [Alandia](#) för stödet!



Tio tävlande på ÅKKs klubbträning i styrkelyft

Published: 23 November 2024 | Hits: 240

På lördagen hölls en klubbträning i klassisk styrkelyft i gymmet på Idrottsgården dit 12 lyftare inledningsvis var anmälda och 10 kom till start.

Tävlingens damer, Vanessa Rosbäck och Marcela Sandvik, tävlade ensamma i sina klasser, Vanessa i damer D23, -69 kg där hon tog serien 100 kg i knäböj, 57,5 kg i bänkpress och 110 kg i marklyft. Marcela som fyllt 50 i år debuterade i D50 i -57 kg klassen där hon tog serien 105 kg - 70 kg - 100 kg, samtliga lyft var både nya åländska rekord samt SFI-rekord.

Love Bengtsson tävlade i M18 i -74 kg klassen och tog det åländska rekordet i knäböj redan i andra lyftet med 200,5 kg som kom upp fint varpå han begärde 210 kg i sista lyftet som var lite för tung idag. Böjrekordet är även finlandssvenskt rekord. I bänken pressade han upp 120 kg och i marken blev det ett personbästa på 215 kg.

Elis Norrgård M18 tävlade i viktklassen över, -83 kg och visade upp en fin formkurva med putsade personbästa i samtliga moment med serien 160 i knäböj, 105 kg i bänkpress och 192,5 kg i marklyft.

I -83 kg klassen för herrar i öppen åldersklass deltog Ville Skåtar, han bättrade på sitt tävlingsrekord i knäböj med 180 kg. I bänken pressade han upp 140 kg och i marken fick han nöja sig med 200 kg, han gjorde två försök på tangerat personbästa 220 kg som inte ville sig idag men revansch brukar vara en bra morot så förhoppningsvis får vi se 220+ på nästa tävling.

I -93 kg viktklassen fanns tre lyftare, alla i olika åldersklasser. Först ut var Filip Petkovic i M18, även han fick glädjen att slå tidigare personbästa i alla lyften med serien 187,5 kg i knäböj, 117,5 i bänkpress och 212,5 kg i marklyft och totalen på 517,5 var nytt åländskt rekord. Lucas Fogde tävlade i M23 där han pressade upp ett stort personbästa på 130 kg i bänkpress, han tog även 120 kg i knäböj och 160 kg i marklyft. Det här var en comeback-tävling i klassisk styrkelyft för Lucas efter en allvarlig bilolycka tidigare i år och efter tävlingen uppvaktades han av Ålands Idrott där han fick motta en utmärkelse för goda idrottsinsatser utöver det vanliga. Lucas kämpaanda imponerar och inspirerar, styrka och pannben utan dess like! Jun Nagamori tävlade i M40 och fick till en bra tävling med personbästa i alla moment med serien 175 i knäböj, 145 i bänkpress och 230 kg i marklyft, han kryper sakta men säkert uppåt och och snart ryker det åländska bänkrekordet i klassen.

Dagens största klass med två deltagare var -105 kg för herrar under 23 år: Liam Welin från ÅKK och Kasper Nurminen från Salon Voimajlijat som kom till Åland för att göra sin första tävling. De slutade på samma total, 485,0 kg men Kasper som vägde in på 150 gram lättare vann. Liam fick med sig serien 170 kg - 130 kg - 185 kg där bänken var tangerat personbästa.

Mycket fina prestationer och god stämning fick vi njuta av under dagen. Som vanligt stort tack till domare, passare och funktionärer, utan er ingen tävling.

Dubbla FM-guld till Sandviks vid FM i utrustad bänkpress

Published: 22 December 2024 | Hits: 248



ÅKKs Marcela och Kenneth "Kenta" Sandvik tävlade under dagen vid Årets finländska mästerskap i utrustad bänkpress som avgjordes i Tavastehus. Båda tävlade i öppen klass, Marcela i damernas 52kg klass och Kenta i 120+kg klassen. Även om uppladdningen för dem båda varit allt annat än bra blev det var sitt guld och de är nu i praktiken klara för både VM och EM under nästa år, de avgörs i Norge i maj respektive Malta i September.

Kenta rapporterar själv från tävlingen:

Marcela har kämpat på med mykoplasma i några veckor så förväntningarna var låga, men hon hade inga problem med 100 och 107,5. Sen begärde hon 117,5 för M2 FR lite på skoj men det blev inget. Ingen kunde hota efter ingångslyftet.

För min egen har jag haft stora problem med ett knä, och har inte kunnat varken räta ut eller böja benet. Gick med kryckor tills för en dryg vecka sedan. Har inte kunnat använda legdrive alls i bänken, så jag sökte upp en mjukare bänkskjorta (Titan F6) och satte en låg ingång. Jag blev utmanad under tävlingens gång men höll undan med tre säkra och mycket lätta lyft på 225, 230 och 232,5 kg. Så rätt så låg standard i min klass alltså denna gång. Kuriosa: Jag vann på samma resultat som mitt första guld på bänk-FM 2002.

	A	B	C	D	E	F	G	H	I
1	TÄVLINGSRESULTAT 2024 ÅLANDS KRAFTSPORTKLUBB								
2									
3	FM KLASSISK BÄNKPRESS 21.01.2024 BORGNÄS								
4	Namn	Kroppsv.	Viktklass	ålders kategori	Lyft 1	Lyft 2	Lyft 3	Resultat	Placering
5	Malin Olofsson-88	83,45	84	Öppen	90	95	–100	95	1:a
6									
7									
8	FM KLASSISKT STYRKELYFT JUNIORER 03.02.2024 PÅMARK								
9	Namn	Kroppsv.	Viktklass	ålders kategori	Knäböj	Bänkpress	Marklyft	Totalt	Placering
10	Filip Strand-07	79,3	83	U-18år	197,5	117,5	262,5	577,5	2:a
11	Noel Dolke-06	90,11	93	U-18år	200	115	200	515	4:a
12	Filip Petkovic-06	90,54	93	U-18år	167,5	97,5	200	465	7:a
13	Emil Högbäck-04	65,77	66	U-23år	195	117,5	225	537,5	1:a
14	Jonatan Raitanen-05	70,67	74	U-23år	180	110	220	510	5:a
15	Otto Sjuls-05	80,11	83	U-23år	245	157,5	230	632,5	1:a
16									
17									
18	FM KLASSISKT STYRKELYFT JUNIORER 04.02.2024 PÅMARK								
19	Namn	Kroppsv.	Viktklass	ålders kategori	Knäböj	Bänkpress	Marklyft	Totalt	Placering
20	Kasimir Portin-02	91,1	93	U-23år	227,5	160	260	647,5	6:a
21	Lucas Fogde-05	89,05	93	U-23år	167,5	122,5	200	490	12:a
22	Aaron Nordberg-02	112,59	120	U-23år	250	190	290	730	2:a
23	Lucas Dimic-03	111,31	120	U-23år	220	137,5	275	632,5	3:a
24									
25									
26	KLUBBTÄVLING I KLASSISKT STYRKELYFT 02.03.2024 IDROTTSGÅRDENS STYRKESAL								
27	Namn	Kroppsv.	Viktklass	ålders kategori	Knäböj	Bänkpress	Marklyft	Totalt	Placering
28	Amandus Löfström-06	68,25	74	U-18år	70	50	135	255	1:a
29	Emil Högbäck-04	69,4	74	U-23år	202,5	110	210	522,5	1:a
30	Andrei Moise-05	78,6	83	U-23år	120	80	150	350	1:a
31	Ville Skåtar-96	82,85	83	Öppen	175	137,5	202,5	515	1:a
32	Tommy Nordlund-64	104,95	105	60-69år	125	105	180	410	1:a
33									
34									
35	ÅM KLASSISKT STYRKELYFT 27.04.2024 IDROTTSGÅRDEN STORA HALLEN								
36	Namn	Kroppsv.	Viktklass	ålders kategori	Knäböj	Bänkpress	Marklyft	Totalt	Placering
37	Love Bengtsson-06	72,55	74	U-18år	177,5	112,5	210	500	1:a
38	Elis Norrgård-06	70,5	74	U-18år	140	92,5	172,5	405	2:a
39	Amandus Löfström-06	69,9	74	U-18år	82,5	55	152,5	290	3:a
40	Filip Strand-07	82,2	83	U-18år	215	120	275	610	1:a
41	Noel Dolke-06	89,25	93	U-18år	185	120	207,5	512,5	1:a
42	Filip Petkovic-06	93,45	105	U-18år	180	110	210	500	1:a
43	Alina Mattsén-99	61,75	63	Öppen	135	80	160	375	1:a
44	Ann-Sofi Boman-80	77,35	84	Öppen	140	85	180	405	1:a
45	Emil Högbäck-04	70,4	74	Öppen	210	130	240	580	1:a
46	Jonatan Raitanen-05	72,05	74	Öppen	175	112,5	220	507,5	2:a
47	Otto Sjuls-05	82,95	83	Öppen	250	160	250	660	1:a
48	Ville Skåtar-96	82,55	83	Öppen	175	140	220	535	2:a
49	Jun Nagamori-77	82,65	83	Öppen	170	140	225	535	3:a
50	Hector Bergmnan-02	81	83	Öppen	182,5	115	225	522,5	4:a
51	Andrei Moise-05	80	83	Öppen	170	122,5	200	492,5	5:a
52	Hennry Hermans-61	76,85	83	Öppen	125	75	125	325	6:a
53	Kasimir Portin-02	93	93	Öppen	233,5	157,5	272,5	663,5	1:a
54	Björn Berg-82	92,4	93	Öppen	197,5	137,5	215	550	2:a
55	Hannes Helling-04	98,3	105	Öppen	180	137,5	240	557,5	1:a
56	Tommy Nordlund-64	103,85	105	Öppen	145	115	175	435	2:a
57	Liam Welin-05	104,85	105	Öppen	175	–140	####	####	##
58	Aaron Nordberg-02	113,25	120	Öppen	252,5	195	292,5	740	1:a
59	Lucas Dimic-03	110,7	120	Öppen	245	135	290	670	2:a
60	Ove Lehto-72	148	120+	Öppen	235	225	310	770	1:a

	A	B	C	D	E	F	G	H	I
61									
62									
63	VM BÄNKPRESS 28.05.2024 AUSTIN TEXAS USA								
64	Namn	Kroppsv.	Viktklass	ålders kategori	Lyft 1	Lyft 2	Lyft 3	Resultat	Placering
65	Marcela Sandvik-74	51,6	52	Öppen	105	107,5	110	110	3:a
66								*Europarekord M2	
67									
68	VM BÄNKPRESS 01.06.2024 AUSTIN TEXAS USA								
69	Namn	Kroppsv.	Viktklass	ålders kategori	Lyft 1	Lyft 2	Lyft 3	Resultat	Placering
70	Kenneth Sandvik-75	142,05	120+	Öppen	310	-330	-330	310	4:a
71									
72									
73	SFIM KLASSISK BÄNKPRESS 29.06.2024 MARIEHAMN TORGET								
74	Namn	Kroppsv.	Viktklass	ålders kategori	Lyft 1	Lyft 2	Lyft 3	Resultat	Placering
75	Vanessa Rosbäck-05	60,1	63	U-23år	50	52,5	55	55	1:a
76	Marcela Sandvik-74	51,9	52	Öppen	70	75,0*	-77,5	75,0*	1:a
77								*Finsk rekord M2	
78	Alina Mattsén-99	58,65	63	Öppen	75	-77,5	-77,5	75	1:a
79	Malin Olofsson-88	83,2	84	Öppen	90	95	100	100	1:a
80	Linda Wredle-79	68,9	69	40-49år	60	65	70	70	1:a
81	Ann-Sofi Boman-80	77,45	84	40-49år	80	85	90	90	1:a
82	Love Bengtsson-06	71,35	74	U-18år	100	110	120	120	1:a
83	Elis Norrgård-06	71,25	74	U-18år	87,5	95	-100	95	2:a
84	Amandus Löfström-06	69,15	74	U-18år	55	-60	-62,5	55	3:a
85	Filip Strand-07	79,2	83	U-18år	115	122,5	-125	122,5	2:a
86	Noel Dolke-06	87,65	93	U-18år	115	122,5	-127,5	122,5	3:a
87	Emil Högbäck-04	68,95	74	U-23år	122,5	127,5	-132,5	127,5	1:a
88	Jonatan Raitanen-05	72	74	U-23år	100	112,5	-120	112,5	2:a
89	Otto Sjuls-05	81,5	83	U-23år	160	-167,5	167,5	167,5	1:a
90	Lucas Fogde-05	80,35	83	U-23år	97,5	105	110	110	2:a
91	Kasimir Portin-02	91,65	93	U-23år	150	157,5	-160	157,5	1:a
92	Einar Melin-04	83,2	93	U-23år	115	125	127,5	127,5	2:a
93	Hannes Helling-04	99,7	105	U-23år	130	135	140	140	1:a
94	Lucas Dimic-03	112,3	120	U-23år	130	137,5	145	145	1:a
95	Lucas Fellman-95	72,9	74	Öppen	75	90	100	100	1:a
96	Sebastian Eriksson-91	84,6	93	Öppen	150	160	167,5	167,5	2:a
97	Jun Nagamori-77	82,1	83	40-49år	135	-142,5	142,5	142,5	2:a
98	Björn Berg-82	92,25	93	40-49år	130	140	-147,5	140	1:a
99	Andreas Rosenberg-81	102,7	105	40-49år	177,5	187,5	192,5	192,5	1:a
100	Anders Johansson-68	91,95	93	50-59år	135	140	145	145	1:a
101	Ove Lehto-72	146,55	120+	50-59år	200	222,5*	-225	222,5*	1:a
102								*Finsk rekord M2	
103	Johan Nordberg-63	123,25	120+	60-69år	120	130	-140	130	1:a
104									
105									
106	SFIM UTRUSTAD BÄNKPRESS 29.06.2024 MARIEHAMN TORGET								
107	Namn	Kroppsv.	Viktklass	ålders kategori	Lyft 1	Lyft 2	Lyft 3	Resultat	Placering
108	Marcela Sandvik-74	51,9	52	Öppen	90	-100	###	90	1:a
109	Sandra Lönn-74	123,6	84+	Öppen	-150	-155	-165	###	##
110	Lucas Fellman-95	72,9	74	Öppen	110	120	###	120	1:a
111	Ove Lehto-72	146,55	120+	50-59år	300	-315	315,0*	315,0*	1:a
112								*Finsk rekord M2	
113									
114	EM KLASSISK BÄNKPRESS 08.08.2024 ISTANBUL TURKIET								
115	Namn	Kroppsv.	Viktklass	ålders kategori	Lyft 1	Lyft 2	Lyft 3	Resultat	Placering
116	Malin Olofsson-88	83,5	84	Öppen	90	-95	-95	90	4:a
117									
118									
119	EM UTRUSTAD BÄNKPRESS 11.08.2024 ISTANBUL TURKIET								
120	Namn	Kroppsv.	Viktklass	ålders kategori	Lyft 1	Lyft 2	Lyft 3	Resultat	Placering
121	Marcela Sandvik-74	51,55	52	Öppen	107,5	112,5*	115,0*	115,0*	2:a

Firefox

https://www.kraftsport.nu/filer/resultat-alla-2024.htm

	A	B	C	D	E	F	G		H	I
122									*Europarekord M2	
123	Kenneth Sandvik-75	141	120+	Öppen	-300	-300	300		300	4:a
124										
125										
126	JUNIOR VM KLASSISKT STYRKELYFT 02.09.2024 ST. PAUL´S BAY MALTA									
127	Namn	Kroppsv.	Viktklass	ålders kategori	Knäböj	Bänkpress	Marklyft		Totalt	Placering
128	Emil Högbäck-04	65,4	66	U-23	205	117,5	225		547,5	14:de
129										
130										
131	JUNIOR VM KLASSISKT STYRKELYFT 05.09.2024 ST. PAUL´S BAY MALTA									
132	Namn	Kroppsv.	Viktklass	ålders kategori	Knäböj	Bänkpress	Marklyft		Totalt	Placering
133	Filip Strand-07	79,5	83	U-18	212,5	122,5	260		595	16:de
134										
135										
136	JUNIOR VM KLASSISKT STYRKELYFT 06.09.2024 ST. PAUL´S BAY MALTA									
137	Namn	Kroppsv.	Viktklass	ålders kategori	Knäböj	Bänkpress	Marklyft		Totalt	Placering
138	Otto Sjuls-05	82,1	83	U-23	240	170	260		670	23:a
139	Kasimir Portin-02	92,35	93	U-23	247,5	157,5	255		660	31:a
140										
141										
142	ÅM KLASSISK BÄNKPRESS 07.09.2024 IDROTTSGÅRDENS STYRKESAL									
143	Namn	Kroppsv.	Viktklass	ålders kategori	Lyft 1	Lyft 2	Lyft 3		Resultat	Placering
144	Ann-Sofi Boman-80	76	76	Öppen	80	85	90		90	1:a
145	Malin Olofsson-88	83,6	84	Öppen	92,5	97,5	-102,5		97,5	1:a
146	Sandra Lönn-74	122,95	84+	Öppen	100	105	110		110	1:a
147	Love Bengtsson-06	72,8	74	U-18	105	115	-122,5		115	1:a
148	Elis Norrgård-06	74,5	83	U-18	92,5	100	-105		100	1:a
149	Ville Skåtar-96	82,9	83	Öppen	135	142,5	-145		142,5	1:a
150	Jun Nagamori-77	87,9	93	Öppen	135	140	-145		140	1:a
151	Andreas Rosenberg-81	103,1	105	Öppen	180	-195,5	###		180	1:a
152	Anders Johansson-68	94,5	105	Öppen	137,5	142,5	145		145	2:a
153	Johan Nordberg-63	124,65	120+	60-69år	125	135	140		140	1:a
154										
155										
156	ÅM UTRUSTAD BÄNKPRESS 07.09.2024 IDROTTSGÅRDENS STYRKESAL									
157	Namn	Kroppsv.	Viktklass	ålders kategori	Lyft 1	Lyft 2	Lyft 3		Resultat	Placering
158	Ove Lehto-72	147,5	120+	Öppen	300	-320	-320		300	1:a
159										
160										
161	JUNIOR VM KLASSISKT STYRKELYFT 08.09.2024 ST. PAUL´S BAY MALTA									
162	Namn	Kroppsv.	Viktklass	ålders kategori	Knäböj	Bänkpress	Marklyft		Totalt	Placering
163	Aaron Nordberg-02	114,6	120	U-23	75	200	75		350	18:de
164										
165										
166	JUNIOR EM KLASSISKT STYRKELYFT 06.10.2024 PILSEN TJECKIEN									
167	Namn	Kroppsv.	Viktklass	ålders kategori	Knäböj	Bänkpress	Marklyft		Totalt	Placering
168	Filip Strand-07	81,1	83	U-18	207,5	125	270		602,5	9:a
169										
170										
171	JUNIOR EM KLASSISKT STYRKELYFT 10.10.2024 PILSEN TJECKIEN									
172	Namn	Kroppsv.	Viktklass	ålders kategori	Knäböj	Bänkpress	Marklyft		Totalt	Placering
173	Otto Sjuls-05	81,7	83	U-23	242,5	170	252,5		665	11:a
174										
175										
176	SFIM I KLASSISKT STYRKELYFT 19.10.2024 JAKOBSTAD									
177	Namn	Kroppsv.	Viktklass	ålders kategori	Knäböj	Bänkpress	Marklyft		Totalt	Placering
178	Ann-Sofi Boman-80	76,35	84	40-49år	140	85	180		405	1:a
179										
180										
181	KLUBBTÄVLING I KLASSISK STYRKELYFT 23.11.2024 IDROTTSGÅRDENS STYRKESAL									
182	Namn	Kroppsv.	Viktklass	ålders kategori	Knäböj	Bänkpress	Marklyft		Totalt	Placering

3 av 4

23.4.2025, 19.35

	A	B	C	D	E	F	G	H	I
183	Vanessa Rosbäck-05	63,85	69	U-23	100	57,5	110	267,5	1:a
184	Marcela Sandvik-74	53,25	57	50-59år	105	70	100	275	1:a
185	Love Bengtsson-06	73,05	74	U-18	200,5	120	215	535,5	1:a
186	Elis Norrgård-06	77,05	83	U-18	160	105	192,5	457,5	1:a
187	Filip Petkovic-06	88,8	93	U-18	187,5	117,5	212,5	517,5	1:a
188	Lucas Fogde-05	87,35	93	U-23	120	130	160	410	1:a
189	Liam Welin-05	95,2	105	U-23	170	130	185	485	1:a
190	Ville Skåtar-96	82,6	83	Öppen	180	140	200	520	1:a
191	Jun Nagamori-77	89,25	93	40-49år	175	145	230	550	1:a
192									
193									
194	FM BÄNKPRESS 22.12.2024 TAVASTEHUS								
195	Namn	Kroppsv.	Viktklass	ålders kategori	Lyft 1	Lyft 2	Lyft 3	Resultat	Placering
196	Marcela Sandvik-74	51,64	52	Öppen	100	107,5	-117,5	107,5	1:a
197	Kenneth Sandvik-75	139,66	120+	Öppen	225	230	232,5	232,5	1:a