SUOMEN PAINONNOSTOLIITON VUOSIJULKAISU 2022

YEMPAUS

Janette Ylisoini s. 5

nuorille arvokisa-mitaleita s. 12

kahvakuulasta EM-mitaleita s. 22

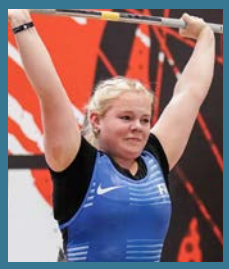
Kuvat: Elise Kulmala / Magnet Photography

Kilpaurheilun oheisvalmennuksen tulevaisuus on täällä.

Lisätiedot: optimalperformance.fi/optimal-sport-academy

OPTIMAL
SPORT ACADEMY

KANNESSA
Janette Ylisoini
tositoimissa Tiranan
EM-lavalla
Kuva EWF



PÄÄTOIMITTAJA
Jaarli Pirkkiö
jaarli.pirkkio@lapinkansa.fi
puh. 044 209 0422

JULKAISIJA	Suomen Painonnostoliitto ry
ILMOITUSMYYNTI	Suomen Painonnostoliitto ry
ILMOITUSKOOT & -HINNAT	1/1 sivu (L210 x K297) 840 € 1/2 sivua (L210 x K148) 460 € 1/4 sivua (L108 x K148) 250 € Yrityksen logo 85 € Rivi-ilmoitus 40 €
TILAUSHINTA	Irtonumero 15 €
TAITTO	Suvi Ekholm/ M&P Paino suvi.ekholm@mp-paino.fi
PAINOPAIKKA	M&P Paino, Lahti 2023

SUOMEN PAINONNOSTOLIITTO
VALIMOTIE 10, 00380 HELSINKI

KÄYNTIOSOITE	Urheilun toimitalo 5. krs., Valimotie 10 www.painonnosto.fi toimisto@painonnosto.fi
PUHEENJOHTAJA	Karoliina Lundahl president@painonnosto.fi puh. 045 852 3261
TOIMINNANJOHTAJA	Timo Ruuhijärvi timo.ruuhijarvi@painonnosto.fi puh. 045 852 3261
NUORISO- JA KOULUTUS-PÄÄLLIKKÖ	Jarno Tiainen jarno.tiainen@painonnosto.fi puh. 050 468 0068

TEMPAUS VUOSIJULKAISU 2022

4 PUHEENJOHTAJALTA

5 HENKILÖT
5 Janette Ylisoini
19 Taito Haara

6 KILPAILUT
6 MM-kilpailut
7 PM-kilpailut
12 Nuorten MM- ja EM-kilpailut
13 SM-kilpailut

11 VALMENNUS
11 Ylä-Savon piirileiri
18 Valmentajapäivät

17 VUOSIKOKOUS

20 KAHVAKUULA
20 SM-kilpailut
22 EM-kilpailut

23 HISTORIA

23 KIRJAT

24 IN MEMORIAM
24 Pekka Kare
25 Lippo Norberg
26 Martti Heikura
26 Lauri Eskola
27 Reijo Vireaho
27 Väinö Kupari

28 TOIMINTAKALENTERI

29 TULOSPÖRSSI

TEKSTI KAROLIINA LUNDAHL

Jokainen sivu on uusi

Uuden sivun kääntäminen on aina jännittävää. Mutta millaisesta sivusta puhutaan? Kirjan sivut ovat turvallisia, saat keskittyä rauhassa kirjan tarinaan koska itse hallitset vauhdin millä etenet. Jännittävää kirjaa ahmii sivukaupalla ja sitä on vaikea päästää pois käsistään; runokirjasta voi nauttia runon kerrallaan ja kirja säilyy uskollisena ystävänä.

Taidan puhua utopiasta, kuka nyt enää tavallisia kirjoja lukee? Materiaalinhan tulee olla sähköistä!

Kirjan - ja nimenomaan lukemisen - siirtäminen sähköiseen alustaan tuo omat haasteensa. Et enää hallitse itsellesi sopivaa vauhtia vaan netin ulkoiset ärsykkeet pommittavat sinua kiihtyvään tahtiin. Oletko hyväksynyt kaikki evästeet ja saat kaikenlaisia mainoksia, vai ovatko mainokset juuri sinulle kohdennettuja ja niiden huomiotta jättäminen on entistäkin vaikeampaa?

Tämä sähköinen alusta toimii hyvänä vertauskuvana Suomen Painonnostoliiton puheenjohtajan rooliin. Olen selvästi valinnut kaikki urheiluevästeet, koska ympäriläni on paljon minua kiinnostavia asioita! Asiantuntevat lajiharrastastajat hoitavat omien osa-alueidensa tehtäviä ja seuraan lajien kehitystä aitiopaikalta.

Onko mahdollista nauttia puheenjohtajuudesta niin kuin kirjasta joka lepää yöpöydällä valmiina lukemista varten välillä ahmien sivuja yömyöhään tai toisinaan lukien vain sivun kerrallaan? Ensimmäisenä puheenjohtajavuotenani jokainen sivu jonka käännän on uusi. Rutiinit puuttuvat uusien työtehtävien parissa, mutta onneksi ympäristö on tuttu ja luotan siihen että harjoittelu tekee mestarin. Luotan jopa siihen että perinteisen lukemisen rinnalla pääsen nauttimaan nykypäivän moninaisesta sähköisyydestä. ■

TEKSTI JAARLI PIRKKIÖ
KUVAT IWF JA JAARLI PIRKKIÖ

JANETTE YLISOININ

kiikarissa maailmanmestaruus ja maailmanennätykset

Keravalainen Janette Ylisoini hyvästelee tänä vuonna 17-vuotiaiden ikäluokan. Bodonosta edustavan painonnostajan tavoitteet ovat korkeimmalla mahdollisella tasolla – maailmanmestaruus maalis-huhtikuun vaihteessa Albanian Dürresissa sekä maailmanennätysten putsaaminen vuoden loppuun mennessä.

Tähän mennessä meriittilistalle kertyneiden saavutusten perusteella tavoitteet kuulostavat varsin realistisilta. Nuori raudankesyttäjä on ehtinyt tehdä jo monenlaista historiaa. Ylisoini nousi viime vuoden maailmanrankingin kärkipaikalle 17-vuotiaiden 71 kilon sarjassa.

Kesäkuussa Meksikon Leónissa käydyistä 17-vuotiaiden MM-kilpailuista Ylisoini haki kaikkien aikojen ensimmäisenä suomalaisena mitalit. Yhteistuloshopean lisäksi saaliina oli tempauksen pronssia ja työnnön hopeaa.

– Viime vuoden kansainvälinen menestys oli kieltämättä yllätys, määrätietoinen painonnostaja toteaa.

Ikimuistoiseksi jäivät varmasti myös 17-vuotiaiden EM-kilpailut Puolan Raszynissä. Ylisoini otti omansa ja voitti sarjassaan kolme kultamitalia, mutta homma meinasi mennä pipariksi jo puntarilla.

– Puntareiden kanssa oli sekaannusta, ja punnituksen alkaessa minulla 550 grammaa ylipainoa. Jouduimme viime hetkillä turvautumaan hiusten leikkaukseen.

– Onneksi sakset löytyivät, ja painosta lähti tuon toimenpiteen jälkeen 150 grammaa, Ylisoini muistelee tilannetta hymyssä suin.

KOKO PERHEEN HARRASTUS

Janette Ylisoini on harrastanut painonnostoa kuusi vuotta.

– Menin isäni Janin ja isoveljeni Jukan kanssa pikkujoulukisoihin Keravan Citysalille. En ollut ikinä nostanut painoja, mutta innostuin kuitenkin osallistumaan kilpailuihin. Laji koukutti heti, ja aloin käymään Bodonoksen punttikoulussa.

Isä, äiti Leena ja isoveli ovat kannustaneet alusta saakka Janetten voimailuharrastusta. Valmentajana on toiminut koko ajan Juha Kukkonen, joka on usein tukena myös kilpailumatkoilla.

Janette Ylisoini tuulettelee Rovaniemen PM-lavalla uutta tempausennätystä 92 kiloa.

Maailman huipulle tähtäävä Janette Ylisoini käy lukiota Vantaan Tikkurilassa.

– Halusin käydä koulua kotipaikkakunnan ulkopuolella. Koulumatka ei ole mikään ongelma, sillä junalla pääsen Tikkurilaan vartissa. Lukio on ihan tavallinen, ja aion suorittaa sen neljässä vuodessa, Ylisoini suunnittelee.

Normaaleina kouluviikkoina painonnostaja harjoittelee kuusi kertaa viikossa.

– Lomien aikana minulla on yhdeksän treeniä viikossa.

VOIMANOSTO KULKEE RINNALLA

Ylisoini kilpailee myös klassisessa voimanostossa. Hän voitti syyskuussa Ruotsin Jönköpingissä 18-vuotiaiden sarjan 76 kiloa PM-kultaa. Jalkakyykyssä nousi 172,5 kiloa, joka oli 1,5 kiloa enemmän kuin Italian Asia Franchinin nimissä oleva ikäluokan maailmanennätys.

– Tänä vuonna olisi tarkoitus päästä yrittämään virallista maailmanennätystä, Ylisoini toteaa.

Maailmanennätykset ovat luonnollisesti mielessä myös ykköslajissa. Painonnoston 17-vuotiaiden ME:t sarjassa 71 kiloa olivat vuoden vaihtuessa Venäjän Zarina Gusalovan (tempaus 103 kiloa) sekä Nigerian Joy Ogbonne Ezen (työntö 130 kiloa ja yhteistulos 230 kiloa) nimissä.

– Ilman muuta noiden rikkomista pitää tavoitella, Ylisoini sanoo ilmekään värähtämättä.

Meksikossa paikan päällä olivat myös tuomari Raimo Turunen ja valmentaja Juha Kukkonen.

Vuodenvaihteessa Ylisoinin henkilökohtaiset ennätys olivat 93, 118 ja 208 kiloa.

Ylisoini kilpailee erittäin ahkerasti. Viime vuonna hän osallistui 12 painonnostokilpailuun ja kahteen voimanostokilpailuun.

– Suurin piirtein saman verran kisoja taitaa kertyä tänäkin vuonna, hän ynnäilee kilpailukalenterista.

Keravalainen osallistui joulukuussa ensimmäisen kerran yleisen sarjan MM-kilpailuihin Kolumbian Bogotássa.

– Se oli kaikin puolin hieno kokemus. Siitä on hyvä jatkaa olympiakarsintaa. Ensi vuoden Pariisin kisat ovat mielessä, Ylisoini myöntää. ■

TEKSTI JAARLI PIRKKIÖ
KUVA IWF

Suomi viiden nostajan voimin Bogotán MM-lavalla

Painonnoston yleisen sarjan MM-kilpailut voimailtiin 5.–16. joulukuuta ensimmäistä kertaa Kolumbiassa. Paikkana oli maan pääkaupunki Bogotá. Suomi osallistui ensimmäiseen Pariisin 2024 olympiakarsintakilpailuun viiden nostajan joukkueella.

Ensimmäisenä tulessa ollut Saara Retulainen sijoittui 59-kiloisissa 21:nneksi uudella Suomen ennätyksellä 202 kiloa (88+114). Myös työntö on uusi SE.

– Perussuorittamista. Lokakuun PM-kisojen jälkeen oli vaikeampaa. Harjoittelussa saatiin tehtyä hyviä asioita, mutta jouduttiin myös muokkaamaan ohjelmointia tilanteeseen sopivaksi.

– Tempauksessa näkyi pieni epävarmuus, onnistuminen 91 kilosta oli pienestä kiinni. Olen iloinen SE-tuloksista, mutta vielä iloisempi kun pääsen nyt hetkeksi lepäämään ja sitten treenaamaan, Retulainen kertoi heti kisan jälkeen.

Saara Retulainen työntää uuden Suomen ennätyksen 114 kiloa.

Järjestävän maan Yenny Alvarez voitti kirkkaimman mitalin 234 kilolla (101+133) ennen mestaruutta puolustanutta Taiwanin Hsing-Chun Kuota. Kuo voitti olympiakultaa Pekingissä ja on saavuttanut yhteensä viisi maailmanmestaruutta.

Anni Vuohijoki sijoittui 64-kiloisissa 13:nneksi 193 (87+106) kilolla.

– Tempaukset olivat hyviä. Olisi pitänyt päästä aloittamaan työntö korkeammalta, niin ei olisi tullut pitkää taukoa ensimmäisen ja toisen noston väliin. Treeneissä tein ennen kisoja 80+100, joten siihen nähden nostot menivät loistavasti.

– Tämä oli ensimmäinen kilpailuni kuitenkin ilman kipulääkkeitä. Ensi kevään EM-kilpailuista otan mitalin, Vuohijoki viittasi huhtikuussa Armenian pääkaupungissa Jerevanissa käytäviin maanosan mestaruuskilpailuihin.

Sarjavoitto matkasi Kiinaan Xinyi Peille tuloksella 233 kiloa (105+128).

Nuorten arvokisamitaleja saavuttaneet Janette Ylisoini ja Jutta Selin nostivat Bogotássa harvinaisesti samassa painoluokassa 71-kiloisissa. Ylisoini oli 28:s 203 kilolla (93+110) ja Selin 31:s 197 kilolla (89+108). Ylisoinin tempaus on nuorten Pohjoismaiden ja Suomen ennätys.

– Ensimmäiset aikuisten MM-kilpailut menivät hienosti. Tempauksessa oma ennätys ja työntökin ihan kohtuullinen. Menin 203 kilon tuloksella myös nuorten maailmanrankingin kärkeen, Ylisoini viittasi 17-vuotiaiden ikäluokkaan.

– Huonosti meni. Ennätystulos 71 kilon sarjaan, mutta ei silti se tulos mitä odotin. Syksyllä oli monta kilpailua. Se tuntui vähän jalassa, kun ei ole päässyt treenaamaan kovaa, Selin puolestaan pohti.

MM-kultaa voimaili Romanian Loredana Toma 256 kilolla (119+137). Tempaus on uusi maailmanennätys.

Ainoa miesnostaja Hannes Keskitalo otti 14. sijan 109-kiloisissa yhteistuloksella 345 kiloa (150+195).

– Tulos oli treenien mukainen. Kisoja edeltäneitä viikkoina kulkenut. Koronan jälkeen en ollut fyysisesti enkä teknisesti päässyt siihen kuntoon missä olin ennen sairastamista. Alla oli kuitenkin sitä ennen kovaa ja hyvää treeniä, niin toivottiin, että kisaan keventämällä olisi kulkenut paremmin, Keskitalo totesi.

Uzbekistanin Ruslan Nurudinov oli painoluokan väkevin 397 kilolla (177+210).

Bogotássa saatiin yksi Suomessa syntynyt maailmanmestari. Nimittäin Oulussa syntynyt ja Norjaa edustava Solfrid Koanda voitti uransa ensimmäisen naisten MM-kullan sarjassa 87 kiloa yhteistuloksella 260 kiloa (113+147).

Maiden välisessä pistekilpailussa Kiina oli paras naisissa ja Kolumbia miehissä.

Tänä vuonna saadaan taas uusi MM-kisojen järjestäjämaa, kun mitaleista taistellaan syyskuussa Saudi-Arabian pääkaupungissa Riadissa. ■

TEKSTI JAARLI PIRKKIÖ
KUVAT JAARLI PIRKKIÖ

PM-mitalit

ratkesivat Lapin urheiluopiston lavalla

Painonnoston yleisen sarjan Pohjoismaiden mestaruuskilpailut voimailtiin tutussa Lapin urheiluopiston isossa hallissa, Rovaniemellä 8.–9. lokakuuta. Suomi saavutti yhteensä neljä kultaa, neljä hopeaa ja kuusi pronssia. Maiden välisessä pistekilpailuissa Suomen miehet olivat ykkösiä ja naiset kakkosia Tanskan jälkeen.

Saara Retulainen sai ensimmäisenä kilpailupäivänä kaksi tavoitetta täytteen. Hän voitti sarjan 59 kiloa uudella yhteistuloksen Suomen ennätyksellä 201 kiloa, joka koostui 89 kilon tempauksesta ja 112 kilon työnnöstä.

Mestaruutta puolustanut Turun Atleettiklubin urheilija teki erittäin hyvät yritykset tempauksen Pohjoismaiden ennätyksestä 92 kiloa ja työnnön Suomen ennätyksestä 114 kiloa. Hänet palkittiin avauspäivän parhaana naisnostajana.

Retulainen oli myös koko kisojen paras nainen.

– Täältä tultiin hakemaan Pohjoismaiden mestaruutta, ja se tavoite täyttyi mukavasti. Samalla pääsin parantamaan yhteistuloksen Suomen ennätystä, mikä olikin päivän toinen tavoite, Retulainen totesi tyytyväisenä.

Retulainen teki viikkoa aiemmin Saksan Meissenissa perinteisessä Siniset miekat -kilpailussa uransa absoluuttisesti kovimman tuloksen 208 kiloa. Sarja oli silloin 64 kiloa.

– Kova kisa Saksassa ja matkustukset hieman kuitenkin painoivat kropassa, joten paras vire oli jo syöty. Henkinen lataus oli Meissenissa suuri loukkaantumisesta paluun jälkeen, mutta oli hienoa saada nämä kaksi kisaa kauden avaukseksi, Retulainen sanoi.

Retulaisen loppuvuoden tärkeimpänä tavoitteena olivat Kolumbian Bogotassa käytävät MM-kilpailut, jotka aloittivat samalla Pariisin olympiakarsinnan.

Saara Retulainen, kisojen paras naisnostaja.

Hanno Keskitalo, yli 109-kiloisten mestari.

Rebin Rezazadeh, 102-kiloisten mestari.

Jutta Selin, 76-kiloisten mestari.

Jani Heikkinen, hopeaa 109-kiloisissa.

Suomi voitti miesten joukkuekilpailun.

Retulaisen piti kohdata Norjan Ine D. Andersson, mutta mielenkiintoista kaksinkamppailua ei tullutkaan, kun työnnön Euroopan mestari ja yhteistuloksen EM-pronssimitalisti siirtyi sarjaa ylemmäs. Andersson voitti sarjan 64 kiloa tasaraudoin 200 kiloa (86+114).

JUTTA SELIN ODOTETTU MESTARI

Jutta Selin voimaili odotetusti mestariksi 76 kilon sarjassa yhteistuloksella 205 kiloa (89+116).

– Kisa meni ihan ok. Jalat tuntuivat tempauksessa todella pehmeiltä, mikä näky lavallakin.

– Työnnöissä vähän heräsin, ja 116 kiloon olen tyytyväinen. Kaksi isoa kisaa viikon sisään niin pakko on olla ihan tyytyväinen. Mestaruus oli täältä tavoitteena. Nuorten EM-kisoissa nostetaan sitten enemmän, Retulaisen tapaan Meissenissa nostanut Selin tuumaili.

Selin viittasi Albanian Tiranassa käytyihin 20- ja 23-vuotiaiden EM-kilpailuihin, joissa hän hän rutisti hienosti kolme hopeamitalia.

Nita Viiri oli kolmas 76-kiloisissa 189 kilolla (83+106).

Ensimmäisen kisapäivän päätteeksi ratkottiin naisten sarjan 71 kiloa paremmuus. Mestaruuden kunniaksi soitettiin Tanskan kansallishymni, kun työnnön EM-hopeamitalisti Line Gude täräytti 214 kiloa (92+122).

Keravan Bodonoksen Janette Ylisoini rutisti pronssia 203 kilolla (92+111). Ylisoini paransi tempauksessa Ounasvaaran Atleetti Klubin Aino Luostarisen nimissä ollutta 20- ja 23-vuotiaiden Suomen ennätystä yhdellä kilolla. Luostarinen tuli viikolla kipeäksi eikä päässyt PM-lavalle mukaan.

Simon Darville, paras miesnostaja.

Ine D Andersson, 64-kiloisten mestari.

Ida Rönn, 81-kiloisten kultaa.

Line Gude, kultaa 71-kiloisissa.

Karoliina Lundahl palkitsee Clara Jul Andreasenin.

Historiaa teki Maibrit Reynheim Petersen, joka on kaikkien aikojen ensimmäinen Färsaarten edustaja painonnoston PM-kilpailuissa. Färsaarten Painonnostoliitto hyväksyttiin tämän vuoden alussa Pohjoismaiden Painonnostoliiton (NWF) jäseneksi. Reynheim Petersen sijoittui kuudenneksi 71-kiloisissa tuloksella 181 kiloa (81+100).

Suomen mitalitiliä naisten sarjoissa kasvatti myös Lohja-Liftingin Heidi Kunelius, joka kasasi 55-kiloisissa hopeatuloksen 146 kiloa (64+82). Norjan Rebekka T. Jacobsen nosti 180 kiloa (78+102).

RUOTSIN MIEHET HALLITSIVAT AVAUSPÄIVÄÄ

Miehissä oli Ruotsin päivä, sillä viidestä mestaruudesta neljä matkasi länsinaapuriin.

Ounasvaaran Atleetti Klubin Kai Ollonen ei ujostellut urheiluopiston areenalla, vaan pisti ennätykset uusiksi 55 kilon sarjassa. Yhteistuloksella 156 kiloa (66+90) lohkesi hopeaa.

Ruotsin Carl Lodin huuhtoi kultaa 202 kilolla (90+112).

Rovaniemen Reippaan Antti Peltokangas kamppaili tiukasti tavoitteena olleesta 89-kiloisten Pohjolan mestaruudesta, mutta joutui tyytymään pronssimitaliin yhteistuloksella 288 kiloa (125+163). Jan-Philip Pålsson vei kullan Ruotsiin 297 kilolla (136+161).

89-kiloiset tarjosi yleisölle erittäin tiukan mitalitaiston, sillä kolme miestä mahtui yhden kilon sisään. Tanskan Rasmus Knudsen nosti saman yhteistuloksen kuin Peltokangas ja nappasi hopean saavutettuaan tuloksen ensin. Ruotsin Ivar Olsson oli neljäs 287 kilolla.

Painonnostossa nähdään enää harvoin tasatuloksia, mutta tällä kertaa sille on luonnollinen selitys. Peltokangas lähti mitalin varmistuttua taistelemaan kultamitalista, mutta 173 kiloa ei noussut työnnössä.

81-kiloisissa Suomi sai kaksi mitalia, kun Lappeenrannan Painonnostajien Jonathan Räsänen nosti hopeaa 268 kilolla (120+148) ja Tampereen Pyrinnön Mikael Kouhia pronssia 265 kilolla (120+145). Voiton vei Ruotsin Jan-Philip Börjesson 275 kilolla (124+151).

96-kiloisissa Kurikan Puntti Klubin Mika Palomäki rutisti pronssia 280 kilolla (120+160). Mestari Tanskan Simon Darville kesytti kultapuntit 316 kiloa (146+170).

Darville oli avauspäivän ja koko kisojenkin paras miesnostaja.

MAAMME-LAULU KAJAHTI KOMEASTI

Rovaniemen Reippaan Rebin Rezazadeh ja Ounasvaaran Atleetti Klubin Hanno Keskitalo pääsivät kuuntelemaan Maamme-laulua toisena kilpailupäivänä.

Rezazadeh voimaili kultaa sarjassa 102 kiloa yhteistuloksella 295 kiloa (130+165). Keskitalon voittopuntit sar-

Antti Peltokangas, pronssia 89-kiloisissa.

Maibrit Reynheim Petersen, Färsaarten ensimmäinen edustaja.

Jacob Diakovasilis, 2. päivän paras mies.

Aleksandra Buhtin, pronssia 87-kiloisissa.

jassa yli 109 kiloa olivat 312 (145+167).

Uransa neljänsissä PM-kisoissa nostanut Rezazadeh joutui tiukimmalle ennen kisaa, sillä hänen piti pudottaa painoaan viisi kiloa.

– No, paino putosi vähän turhankin alas. Kisapuntari näytti 100,7 kiloa, kun paino olisi voinut olla reilun kilon enemmän, Rezazadeh totesi.

Hän on nostanut tässä painoluokassa ennätyksekseen 302 kiloa.

Tempauksessa Rezazadeh joutui käyttämään aloituspainoon kaksi yritystä. 135 kiloa ei noussut kolmannella.

– Työnnössä otin varmuudeksi aloitukseen 155 kiloa. Toisessa yrityksessä 165 kilolla kramppasi pohkeesta, kun nousin kyykystä ylös. Jätin kolmannen työnnön käyttämättä.

– En tiedä, mistä kramppaaminen johtui. Kai tässä pitää ruveta treenaamaan pohkeita, helsinkiläinen pohti.

Toissa vuonna Pohjoismaiden mestaruuden voittanut Rezazadeh tuumi, että tempaukseen on tullut hieman lisää varmuutta.

Hanno Keskitalolle nuorten arvokisaedustukset ovat tuttuja, mutta miesten PM-kisoissa hän puki Suomi-trikoot ylleen ensimmäistä kertaa. Tempauksessa nousivat kevyesti 140 ja 145 kiloa. Rovaniemeläinen lastautti viimeiseen yritykseen 20-vuotiaiden Suomen ennätyksen 150 kiloa, joka ei noussut. Yritys oli kohtuullisen hyvä.

Nuorten SE 148 kiloa pysyi Keskitalon hallussa.

Työnnössä peli oli selvä 160 kilon aloituspainolla. 167 kiloa nousi myös suorille käsille, mutta oma ennätys 173 kiloa oli liian painava.

– Otin varmat aloitukset molemmissa nostomuodoissa, Keskitalo tuumi.

Ounasvaaran Atleetti Klubin nuori mies oli viime vuonna nuorten EM-kisoissa kotilavalla Lapin urheiluopistolla ja sijoittui sarjassaan kahdeksanneksi yhteistuloksella 311 kiloa.

Sarjassa 102 kiloa oli vahvin Tanskan Jacob Diakovasilis tuloksella 307 kiloa (138+169). Tanskalainen oli toisen päivän paras miesnostaja. Kalajoen Junkkareiden Jani Heikkinen rutisti hopeaa 299 kilolla (136+163) ja oululaista Alppilan Puntti-Weikkoja edustava Matias Wiena pronssia omalla ennätyksellään 291 kiloa (136+155). Wiena oli mukana ensimmäisessä edustustehtävässään.

Naisissa ratkottiin päätöspäivänä sarjojen 81 ja 87 kiloa paremmuus. 81-kiloisissa ykköspuntit 210 (94+116) hilasi Ruotsin Ida Rönn. Tanskan Clara Jul Andreasen hävisi yhdellä kilolla, mutta sai sinclaireilla toisen päivän parhaan naisnostajan pytyn. Alppilan Puntti-Weikkojen Jenni Immonen oli neljäs.

87-kiloisissa voiton vei Tanskan Veronika Storm 198 kilolla (87+111). Lahden Atomin Aleksandra Buhtin oli kolmas 174 kilolla (78+96).

Heidi Kunelius, hopeaa 55-kiloisissa.

HAJANAISIA HAVAINTOJA

Ennen varsinaisia kilpailupäiviä järjestetyssä kongressissa, jota veti Pohjoismaiden Painonnostoliiton puheenjohtaja Karoliina Lundahl, keskusteltiin ajankohtaisista asioista.

Mielenkiintoisen puheenvuoron pyysi Islannin joukkueenjohtaja Arni Runar Baldursson. Hän esitti, että Pohjoismaat lähtisivät ajamaan "punnerrussäännön" (kansainväliset säännöt kohdat 2.5.1.4 ja 2.5.1.5) inhimillistämistä eli vähäistä käsivarsien koukistamista ja ojentamista ei pitäisi hylätä.

Tämä esitys sai kongressissa varsin laajaa kannatusta. Jokainen painonnostoa seurannut on havainnut, että sääntö on tiukentunut silmiinpistävästi tällä vuosituhannella.

Toisaalta muistutettiin, että sääntömuutoksen läpimenemiseksi kansainvälisessä painonnostoliitossa pitäisi olla huomattavan laajaa kannatusta Pohjoismaiden ulkopuolella. Mahdollisuudet sääntömuutokseen ovat vähäiset.

PM-kilpailujen osanottajamäärä jäi syystä tai toisesta valitettavan vähäiseksi (34 naista ja 19 miestä). Erityisen huolestuttava on miesten osallistujamäärä. Optimaalinen tilanne olisi, että jokainen maa lähettäisi yhden edustajan jokaiseen sarjaan. Tämä lienee nykyisellään toiveajattelua.

Yksi mahdollisuus arvostuksen nostamiseen olisi se, että PM-kilpailuja järjestettäisiin joka toinen vuosi kuten tehtiin tämän vuosituhannen alussa.

Näillä näkymin kuitenkin jatketaan PM-nostojen merkeissä joka vuosi. Tänä vuonna kilpailut järjestetään 27.–29. lokakuuta Ruotsin Landskronassa. ■

TEKSTI JUHA VUORIKOSKI

Ylä-Savon piirileiri järjestettiin Kiuruvedellä

Kiuruveden Palopaikan voimailusalilla järjestettiin 23. heinäkuuta Ylä-Savon painonnostopiirileiri Kiuruveden Urheilijoiden ja Suomen Painonnostoliiton toimesta. Edellisestä Ylä-Savon painonnostopiirileiristä olikin kulunut jo lähemmäs 30 vuotta.

Piirileirin päävalmentajana toimi Teemu Roininen, joka oli saapunut paikan päälle Lempäälästä asti. Teemu on itse kilpaillut lukuisissa kansallisissa ja kansainvälisissä painonnostokilpailuissa, valmentanut lukuisia suomalaisia urheilijoita sekä toiminut Suomen nuorten painonnostomaajoukkeen päävalmentajana.

Apuvalmentajina piirileirillä toimivat Kiuruveden Urheilijoiden Anne ja Juha Vuorikoski, jotka pitävät punttikoulua Kiuruvedellä.

Koko päivän kestäneellä piirileirillä harjoiteltiin tempauksen ja työnnön osaharjotteita sekä erilaisia yhdistelmäharjoituksia. Lisäksi tehtiin monipuolisia apuliikkeitä ja keskivartalon täsmäharjotteita.

Leiri oli monipuolinen, opettavainen ja kattava kokonaisuus sekä tietenkin mukavaa yhteistä tekemistä!

Kiitos Teemu Roininen, leirille osallistujat sekä Suomen Painonnostoliitto leirin mahdollistamisesta! ■

Teemu Roininen opastaa Minna Risulaista.

Ilmari Kukkosen tyylinäyte.

TEKSTI JAARLI PIRKKIÖ
KUVA EWF JA SPNL

Suomen nuorille kaikkien aikojen mitalipotti MM- ja EM-lavoilta

Suomalainen painonnosto paistatteli parrasvaloissa nuorten kansainvälisissä arvokilpailuissa. Eri ikäluokkien MM- ja EM-kilpailuista lohkesi historiallisesti 15 mitalia.

Historiaa tehtiin 17-vuotiaiden MM-kilpailuissa kesäkuussa Meksikon Leonissa, jossa Janette Ylisoini voimaili ensimmäiset suomalaismitalit kautta aikojen. 71-kiloisissa nostaneen Ylisoinin tulos oli 195 kiloa (89+106), ja mitalisuora oli tempauspronssi, työntöhopea ja yhteistuloshopea.

Puolan Raszynissa elokuussa käydyissä 15- ja 17-vuotiaiden EM-kilpailuissa peräti kolme tyttöä nousi mitalipallille. Janette Ylisoini otti omansa 17-vuotiaiden sarjassa 71 kiloa kolmen kultamitalin muodossa. Rautaa nousi 201 kiloa (90+111).

Kaksi kirkkainta mitalia pujotettiin Minni Hormavirran kaulaan 15-vuotiaiden sarjassa 71 kiloa. Hormavirta nosti 165 kiloa (75+90) ja saavutti tempauskultaa, työntöhopeaa ja yhteistuloskultaa.

Kaisa Rautio nosti niin ikään kolme mitalia 15-vuotiaiden sarjassa 64 kiloa. Tulos 157 kiloa (67+90) oikeutti tempaupronssiin, työntöhopeaan ja yhteistulospronssiin.

Albanian Dürresissa lokakuussa nostetuissa 20- ja 23-vuotiaiden EM-kilpailuissa mitalikantaan kiilasi Jutta Selin 23-vuotiaiden sarjassa 76 kiloa. Selin kasasi 201 kiloa (91+110) ja saavutti hopeamitalin kaikissa nostomuodoissa.

Huomionarvoista on myös se, että Suomi sijoittui 23-vuotiaiden naisten joukkuekilpailussa toiseksi. Sekin on kaikkien aikojen paras saavutus. Puola sai vain 18 pistettä enemmän kuin Suomi (398-380).

Pisteitä Suomelle olivat voimailemassa Anette Kirkanen, Siri Sytelä, Ronja Leppiaho, Ilona Teittinen, Jutta Selin ja Sofia Rönkkö. ■

Jutta Selin nosti kolme hopeaa 23-vuotiaiden EM-lavalla.

Kaisa Rautio, Janette Ylisoini ja Minni Hormavirta nostivat mitaleille 15- ja 17-vuotiaiden EM-kisoissa.

TEKSTI JAARLI PIRKKIÖ
KUVAT JAARLI PIRKKIÖ, HARJUN WOIMA
JA OUNASVAARAN ATLEETTI KLUBI

SM-kisakiertue palautettiin normaalirytmiin

Painonnoston SM-kisakiertue palautettiin parin poikkeusvuoden jälkeen normaalirytmiin. Yleisen sarjan SM-kilpailut voimailtiin 25.–27. helmikuuta Rovaniemellä.

Naisten parhaasta tuloksesta vastasi viime vuoden tapaan Turun Atleettiklubin Saara Retulainen, joka uusi 59-kiloisten mestaruuden yhteistuloksella 196 kiloa (88+108).

Sarjaa ylempänä 64-kiloisissa Heraklesin Marianne Saarhelo nappasi kirkkaimman mitalin 191 kilolla (82+109). Naisten parhaimmistoon kuului myös järjestävän seuran Ounasvaaran Atleetti Klubin Aino Luostarinen, joka hallitsi 71-kiloisia 199 kilolla (89+110).

Muut naisten mestarit olivat Tampereen Pyrinnön Sonja Koponen (45 kg), Ounasvaaran Atleetti Klubin Viivi Körkkö (49 kg), Harjun Woiman Marju Kymäläinen (55 kg), Tampereen Pyrinnön Jutta Selin (76 kg), Lohja-Liftingin kestomestari Meri Ilmarinen (81 kg), Turun Atleettiklubin Enni Eeronheimo (87 kg) sekä Lahden Atomin Aleksandra Buhtin (yli 87 kg).

KESKITALO VOIMAILI MIESTEN PARHAAKSI

Myös miehissä parhaan nostajan titteli meni samalla urheilijalle kuin viime vuonna eli Ounasvaaran Atleetti Klubin Hannes Keskitalolle. Hän kaunisteli 109-kiloisissa uusiksi SE-lukemiksi 355 kiloa (155+200). Myös tempaus oli Suomen ennätys.

96-kiloisissa pisimmän korren veti Rovaniemen Reippaan Antti Peltokan-

Hannes Keskitalo, miesten mestari sarjassa 109 kiloa.

Saara Retulainen, naisten mestari sarjassa 59 kiloa.

Juuso Hartikainen, mestari yleisessä ja nuorten sarjassa.

Masters SM-kisojen M50 81-kiloisten palkintojenjako: Hamid Waisi, Marko Päivähonka ja Heikki Leikola.

gas 305 kilolla (130+175) sekä 102-kiloisissa Tampereen Pyrinnön Roni Peltonen 312 kilolla (140+172).

Muut miesten mestarit olivat Tampereen Pyrinnön Timo Sihvo (73 kg), Lappeenrannan Painonnostajien Jonathan Räsänen (81 kg), Joensuun Puntti-Poikien Juuso Hartikainen (89 kg) sekä Lahden Atomin Matias Tuovinen.

Seurojen välisen pistekilpailun voiton uusi Tampereen Pyrintö.

YLISOINI PARAS TYTTÖNOSTAJA

Bodonoksen Janette Ylisoini ehti tiukan kisarupeaman lomassa käydä myös oman ikäluokkansa SM-kilpailuissa. 15- ja 17-vuotiaiden SM-kilpailut käytiin Kalajoella 21.–22. toukokuuta.

Ylisoini kasasi 17-vuotiaiden 71-kiloisissa yhteistuloksen 197 kiloa (87+110).

Äänekosken Huiman Iita Kononen voitti 64-kiloiset 164 kilolla (74+90) ja Puntti-Karhujen Inka Tiainen 59-kiloiset 156 kilolla (70+86).

Vanhemmassa ikäluokissa Suomen ennätysten makuun pääsivät Ounasvaaran Atleetti Klubin Saara Postila 49-kiloisissa (teki tempauksessa myös PE:n) sekä Rovaniemen Reippaan Marla Sinisaari 76-kiloisissa.

15-vuotiaiden parhaista pisteistä vastasi Lohja-Liftingin Minni Hormavirta, jonka yhteistulos 71 kilon sarjassa oli 166 kiloa (71+95).

Sarjaa alempana 64-kiloisissa Ounasvaaran Atleetti Klubin Kaisa Rautio kasasi 154 kiloa (68+86).

Suomen ennätyksistä vastasi Lappeenrannan Painonnostajien Iina Heikkilä 76-kiloisissa.

Tuplamestareiksi voimailivat Ounasvaaran Atleetti Klubin Sara Mäntykenttä (40 kg) ja Lohtajan Veikkojen Tessa Pajunpää (45 kg).

Kultamitali pujotettiin myös 15-vuotiaissa Ounasvaaran Atleetti Klubin Stina Vaaran (49 kg), Puntti-Karhujen Helka Känkäsen (55 kg) ja Pomarkun Pyryn Essi Närvän (59 kg) kaulaan. Närvä nosti myös seuralleen kaikkien aikojen ensimmäisen SM-mitalin. 17-vuotiaissa mestariksi nosti myös Lempäälän Kisan Iiris Savolainen (55 kg).

HAUTANIEMI PARAS POIKANOSTAJA

17-vuotiaiden poikien parhaasta tuloksesta vastasi Puntti-Karhujen Eetu Hautaniemi, joka voitti 73-kiloiset uudella ikäluokan Suomen ennätyksellä 236 kiloa (108+128). Tempaus ja työntö olivat myös SE-lukemia, tempaus jopa Pohjoismaiden ennätys.

Ounasvaaran Atleetti Klubin Jonne Akujärvi voimaili 102-kiloisissa voittotuloksen 252 kiloa (115+137) tempauksen ollessa uusi 17-vuotiaiden SE. 81-kiloisissa Akujärven seurakaveri Hannes Pränni nosti 223 kiloa (98+125).

15-vuotiaiden parhaat pisteet keräsi Tampereen Pyrinnön Eliel Jännes, jonka yhteistulos 81-kiloisissa oli 203 kiloa (88+115).

Sarjaa alempana 73-kiloisissa järjestävän seuran Kalajoen Junkkareiden Julius Viio nosti ykköseksi 186 kilolla (80+106).

Ounasvaaran Atleetti Klubin Kai Ollonen oli poikasarjojen ainoa tuplamestari. Hän voitti 49-kiloiset ja teki työnnössä 15-vuotiaiden Suomen ennätyksen.

15-vuotiaissa kultaa saivat myös Tampereen Sisun Ukko Minkkinen (55 kg), Ounasvaaran Atleetti Klubin Elias Mäkitalo (61 kg), Ounasvaaran Atleetti Klubin Peetu Akujärvi (67 kg) ja Ylöjärven Ryhdin Antti Vähäkoski (96 kg).

17-vuotiaissa mestareita olivat myös Ounasvaaran Atleetti Klubin Joona Jokela (61 kg), Puntti-Karhujen Veikko Ojala (67 kg), Kalajoen Junkkareiden Miro Manderbacka (89 kg) ja Tampereen Pyrinnön Miro Silanne (96 kg).

Seurojen välisessä pistekilpailussa molemmissa ikäluokissa kultaa sai Ounasvaaran Atleetti Klubi.

LUOSTARINEN YKKÖNEN KAHDESSA IKÄLUOKASSA

20- ja 23-vuotiaiden SM-kilpailut käytiin 13.–14. elokuuta Helsingissä. Ounasvaaran Atleetti Klubin Aino Luostarinen teki saman tempun kuin vuotta aiemmin eli hilasi suorille käsille molempien ikäryhmien parhaan nostajan palkintoon oikeuttaneet kilot. 71-kiloisissa nousi rautaa 204 kiloa (90+114).

Vanhemmassa ikäluokassa Tampereen Pyrinnön Jutta Selin uusi edellisvuoden kultamitalin 76-kiloisissa yhteistuloksella 205 kiloa (90+115).

Antti Peltokangas, miesten mestari sarjassa 96 kiloa.

Marianne Saarhelo, naisten mestari sarjassa 64 kiloa.

Ounasvaaran Atleetti Klubi voitti seurajoukkueiden SM-kultaa.

Alavuden Urheilijoiden Siri Sytelä nousi 59-kiloisten voittoon 171 kilolla (75+96) työnnön ollessa ikäluokan uusi Suomen ennätys.

Rovaniemen Reippaan Jannike Bäckström voimaili 64-kiloisissa tuplamestariksi 178 kilolla (80+98).

Sarjaa alempana 59-kiloisissa Espoo Weightlifting Academyn Vilma Väisänen kasasi 162 kiloa (75+87).

Ounasvaaran Atleetti Klubin Viivi Körkkö (55 kg) oli naisten sarjojen kolmas tuplamestari.

23-vuotiaissa mestareiksi urakoivat myös Rovaniemen Reippaan Julia Kollanen (49 kg), Rovaniemen Reippaan Sofia Rönkkö (81 kg) ja Joensuun Puntti-Poikien Sanni Pietarinen (87 kg).

20-vuotiaissa kultaa nostivat myös Rovaniemen Reippaan Pinja Haapakoski (49 kg) ja Harjun Woiman Olivia Reini (76 kg).

HARTIKAISELLA KOVIMMAT MIESTEN PISTEET

Miesten sarjojen kaksi kovinta nostajaa olivat Joensuun Puntti-Poikien Juuso Hartikainen ja Ounasvaaran Atleetti Klubin Konsta Suoniemi. Molemmat rutistivat tuplamestareiksi ja kävivät huiman taiston parhaan miesnostajan tittelistä. Lopulta kävi niin, että sinclaireissa mentiin jopa sadasosille.

Hartikainen oli väkevin 89-kiloisissa 283 kilolla (122+161) ja Suoniemi sarjaa ylempänä 96-kiloisissa 289 kilolla (128+161). Hartikainen työntö oli uusi 20-vuotiaiden Suomen ennätys.

Ja niinhän siinä kävi, että Hartikainen oli 0,019 pistettä parempi Suoniemi. Löytyneekö historiasta tiukempaa sinclairpistetaistelua?

23-vuotiaissa 109-kiloiset voitti järjestävän seuran Heraklesin Aleksi Schöning 290 kilolla (135+155). Sarjaa alempana 102-kiloisissa Joensuun Puntti-Poikien Sakari Pietarinen nap-

Roni Peltonen, miesten mestari sarjassa 102 kiloa.

Mika Palomäki, masters SM-kisojen paras miesnostaja.

Viivi Körkkö, mestari yleisessä ja nuorten sarjassa.

Aino Luostarinen, mestari yleisessä ja nuorten sarjassa.

pasi tuplakultaa 276 kilolla (124+152). Pietarisen kaikki tulokset olivat 20-vuotiaiden Suomen ennätyksiä.

Miesten sarjoissa saatiin peräti kahdeksan tuplamestaria. Heitä olivat myös Ounasvaaran Atleetti Klubin Kai Ollonen (55 kg), Puntti-Karhujen Joona Viitasaari (61 kg), Kasitonnisen Urheilijoiden Juuso Kokko (73 kg), Turun Atleettiklubin Ilmari Korpela (81 kg) ja Ounasvaaran Atleetti Klubin Hanno Keskitalo (yli 109 kg). Suomen ennätyksiä tekivät Ollonen 15- ja 17-vuotiaiden ikäluokkiin sekä Viitasaari 20-vuotiaiden ikäluokkaan.

67-kiloisissa 20-vuotiaiden kultaa voitti Puntti-Karhujen Veikko Ojala ja 23-vuotiaiden kultaa Oulun Pyrinnön Taneli Ollila.

Seurojen välisessä pistekilpailussa molemmissa ikäluokissa kultaa sai Ounasvaaran Atleetti Klubi.

MASTERSKISAN SUOSIO KASVAA

Masters-ikäiset kamppailivat SM-mitaleista 22.–24. huhtikuuta Jyväskylässä. Harjun Woima Jyväskylä järjesti historiansa ensimmäiset SM-kilpailut, ja niihin tuli myös kaikkien aikojen osanottajaennätys 244 urheilijaa.

Kolmen kilpailupäivän aikana eri ikäluokkien Suomen ennätykset saivat iloisesti kyytiä, sillä kisojen jälkeen jäi voimaan 47 SE:tä. Kisoissa tehtyjen Suomen ennätysten kokonaismäärä oli vielä tuotakin suurempi.

Naisissa ikäluokkiensa parhaita olivat Joensuun Puntti-Poikien Teija Kortelainen (N65), Tampereen Pyrinnön Kirsi Pitkänen (N60), Puntti-Karhujen Hannele Korhonen (N55), Alppilan Puntti-Weikkojen Satu Niemelä (N50), Heraklesin Titta Sillman (N45), Lohja-Liftingin Riina Saksa (N40) ja Lake End Liftingin Liisa Vuori (N35).

Miesten vastaavan palkinnon pokkasivat Keljon Viestin Juhani Oikarinen (M80), Pieksämäen Voimailijoiden Timo Koivunen (M75), Pieksämäen Voimailijoiden Kari Tarkiainen (M70), Kajaanin Kuohun Raino Pyykönen (M65), Helsingin Poliisi-Voimailijoiden Timo Kohtamäki (M60), Lohja-Liftingin Jari Hirvonen (M55), Kuusankosken Kisan Jarkko Takala (M50), Lappeenrannan Painonnostajien Marko Kupiainen (M45), Kurikan PunttiKlubin Mika Palomäki (M40) ja Kuusankosken Kisan Teemu Ylärakkola (M35).

Seurojen välisessä pistekilpailussa ykkönen oli Porlammin Pamaus.

ATLEETTI KLUBILLE SEURAJOUKKUEKULTAA

Seurajoukkueiden Suomen mestaruus ratkesi 26. marraskuuta Tampereen Näähallissa. Pisimmän korren veti Ounasvaaran Atleetti Klubi. SM-kultamitali on rovaniemeläisseuran toinen.

Mestaruutta puolustanut Rovaniemen Reipas sijoittui finaalissa toiseksi ja järjestävä seura Tampereen Pyrintö kolmanneksi.

Atleetti Klubin Hannes Keskitalo paranteli sarjan 109 kiloa Suomen ennätyksiä jokaisessa nostomuodossa, ja rautaa nousi 358 kiloa (156+202).

Keskitalon lisäksi kultamitalijoukkueeseen kuuluivat Viivi Körkkö, Hanno Keskitalo, Juho Seipäjärvi, Kaisa Rautio ja Aino Luostarinen. Joukkueen ankkurina Luostarinen tehtaili naisten painoluokkien paras sinclairpisteet. 71-kiloisissa nostaneen Luostarisen yhteistulos oli 203 kiloa (88+115).

Juniorisarjojen Suomen ennätyksiä parantelivat Tampereen Pyrinnön Eliel Jännes, Puntti-Karhujen Joona Viitasaari ja Eetu Hautaniemi sekä Ounasvaaran Atleetti Klubin kakkosjoukkueen Kai Ollonen. Puntti-Karhut oli finaalissa neljäs ja Atleetti Klubin kakkosjoukkue viides.

RÖNNILLÄ TEMMATTIIN JA TYÖNNETTIIN

Tempauksen ja työnnön lajikohtaiset SM-kilpailut käytiin perinteisesti 3. heinäkuuta Rönnin lavalla, Oriveden Eräjärvellä. Tänä vuonna kesätapahtumaan saatiin eloa, kun nuorten maajoukkue tuli isolla joukolla mukaan.

Molempien nostomuotojen mestareita olivat Alavuden Urheilijoiden Siri Sytelä (naiset), Rovaniemen Reippaan Jannike Bäckström (N20), Bodonoksen Janette Ylisoini (N17), Tampereen Pyrinnön Lauri Tuovinen (miehet) ja Ounasvaaran Atleetti Klubin Konsta Suoniemi (N20).

Ainoastaan 17-vuotiaiden poikien ikäluokassa saatiin kaksi mestaria. Tempauksen voitti Kalajoen Junkkareiden Miro Manderbacka ja työnnön Puntti-Karhujen Eetu Hautaniemi. ■

Karoliina Lundahl uusi Suomen Painonnostoliiton puheenjohtaja

Suomen Painonnostoliiton syyskokous pidettiin 27. lokakuuta ja kokouksessa yhteisistä asioista oli päättämässä yhteensä 39 seuraa. Asialistalla oli liiton sääntömääräisiä asioita, joista varmaankin suurin kiinnostuksen kohde oli uuden puheenjohtajan valinta kaksi kautta puheenjohtajana toimineen Tarmo Kuusiston tilalle.

Puheenjohtajaksi oli ehdolla kaksi vahvaa ehdokasta, joista lopulta ilman äänestystä valittiin uudeksi puheenjohtajaksi Karoliina Lundahl. Valinta oli liiton historiassa ensimmäinen kerta, kun nainen valittiin puheenjohtajaksi. Kokouksessa valittiin myös johtokuntaan uusia jäseniä, joiden joukossa oli myös uusia tulokkaita. Kaksivuotiskaudelle erovuoroisten (Henrik Tallbacka, Raimo Turunen ja Tero Honkasalo) tilalle valittiin Tomi Tolsa, Heikki Keskitalo ja Raimo Turunen. Heidän lisäkseen yksivuotiskaudelle johtokuntapaikastaan luopuneen (Sari Kola) tilalle yksivuotiskaudelle valittiin Ina Pajula. Varajäseniksi johtokuntaan valittiin Juuso Tuulinen ja Sadia Noor-E.

Sääntömääräisten asioiden lisäksi kokouksessa oli runsaasti seurojen kokoukseen tuomia ehdotuksia, jotka käsittelivät niin liiton toimintasäännön muutoksia, kuin mestaruuskilpailusääntöjäkin. Esityksien käsittelyssä hyväksyttiin muun muassa muutos liiton toimintasääntöön, jolla seuraavassa syyskokouksessa 2023 johtokuntaan lisätään kaksi (2) urheilijajäsentä. Muutoksia hyväksyttiin myös seurajoukkuekilpailun ja masters SM-kilpailujen sääntöihin.

Tuore puheenjohtaja Karoliina Lundahl kiitti suomalaista painonnostoväkeä tuesta ja luottamuksesta:

– Olen ylpeä kun valitsitte minut Suomen Painonnostoliiton puheenjohtajaksi seuraavalle kaksivuotiskaudelle.

– Suomalainen painonnosto on noussa. Menneiden vuosien yhteistyö ensin Vierumäen kanssa koulutusten ja leiritysten nimissä ja nyt Varalan ja Lapin Urheiluopiston kanssa tuottaa tulosta. Nykyinen Junior Cup -kilpailujärjestelmä on herättänyt kansainvälistä huomiota, kun suomalaiset nuoret painonnostajat kahmivat mitaleita eri ikäluokkien mestaruuskilpailuista. Yhteistyö kahvakuulan ja toiminnallisen urheilun kanssa viittaa voimailulajien suosion kasvuun.

– Peruskoulun opettajana toimin jatkuvasti muuttuvassa yhteisössä jossa pyrimme toimimaan suunnitelmallisesti niin ettei päivä menisi tulipaloja sammutellessa. Ammatillinen osaaminen auttaa selviämään näistäkin tilanteista ja sitä samaa ammattimaista asennoitumista peräänkuulutan tähän vapaaehtoistyöhönkin.

– Olen painonnostaja, valmentaja ja valmentajakouluttaja. Viimeiset viisi vuotta olen ollut keräämässä kokemusta järjestötasolla kansainvälisillä kentillä. Minulla kunnia johtaa Suomen Painonnostoliittoa, mutta yksin en pysty mihinkään. Kootaan energiamme yhteen ja mennään eteenpäin. Yhdessä! ■

Karoliina Lundahl on liiton uusi puheenjohtaja.

TEKSTI TEEMU ROININEN

Valmentajapäivillä loistava yhteishenki

Painonnostoliitto järjesti syyskuun lopussa Varalan urheiluopistolla valmentajapäivät. Tapahtuman tarkoituksena oli tuoda suomalaisia painonnoston parissa valmennusta tekeviä valmentajia saman katon alle oppimaan, kehittämään ja verkostoitumaan. Lopulta paikalle löysi noin 30 valmentajaa. Suurin osa tapahtuman rahoituksesta saatiin IWF:n erityistukena, ja näin osallistumismaksut pystyttiin pitämään maltillisena. Osallistujien taustat urheilun ja painonnoston parissa olivat hyvin moninaisia, mikä osoittautui vertaisoppimisen ja keskustelujen kannalta rikkaudeksi. Tapahtuman ilmapiiri säilyi positiivisen avoimena, mikä ruokki eri näkökulmien esiin tuomista.

Sisältöä viikonloppuun toivat kiitosta keränneet asiantuntijat. Perjantai alkoi maajoukkueen pitkäaikaisen manuaaliterapeutin Jimmy Taivalojan, sekä mm. Saara Retulaisen kanssa tiiviisti yhteistyötä tekevän fysioterapeutti Niina Saarman-Bartholdin vetämällä katsauksella painonnostajien yleisiin vaivoihin, niiden tunnistamiseen, ennaltaehkäisyyn ja hoitoon.

Lauantaina saimme nauttia oman Maailman- ja Euroopan mestarimme Karoliina Lundahlin luennosta omasta urheilu-urastaan. Palautekyselyn perusteella Kartsin luento upposi moneen paikalla olleeseen. Saimme kunnian kuulla yhden huipulle päässeen urheilijan tarinan aina alkuvaiheesta korkeimmalle korokkeelle asti.

Päivä jatkui yhdeksän eri tasoisen urheilijan suorittaman demoharjoituksen seuraamisella ja keskusteluilla demoharjoituksesta tehdyistä havainnoista. Päivän lopuksi keskityttiin oman valmentajuuden kehittämiseen itsenäisen työskentelyn sekä keskustelujen kautta.

Huomionarvoisen hienoa oli huomata sekä perjantain, että lauantain päättäneiden iltapalatilaisuuksien aikana käytyjen keskustelujen runsaus. Valmentajilla selvästi on suuri tarve päästä puhumaan valmentamisesta ja jakamaan kokemuksiaan vertaistensa kanssa. Tämä kaikki pystyttiin toteuttamaan avoimessa ja monenlaiset mielipiteet hyväksyvässä ilmapiirissä. Esimerkiksi juuri tähän tarpeeseen valmentajapäivien järjestämisellä on pyritty vastaamaan. Valmentajalle on todella hyödyksi päästä vaihtamaan ajatuksia kaltaistensa kanssa. Näin voimme kehittää omaa ajatteluamme muiden avulla, ja lopulta kehittyy myös koko suomalainen painonnostovalmennus.

Sunnuntaina keskityimme valmentautumisen psyykkisiin tekijöihin Tampereen urheiluakatemian loistavan psykologi Tiina Röningin luennolla. Yhä enenevissä määrin valmennus menee urheilijakeskeiseen suuntaan, jolloin pelkät fyysisten tekijöiden harjoittamisen taidot eivät millään riitä. Kun ymmärrämme kaiken tekemisen lopulta lähtevän korvien välistä on meidän mahdollista toimia parempina valmentajina. Tiinan avulla luotiin mm. painonnoston psyykkistä lajianalyysia.

Kerättyjen palautteiden perusteella tapahtuma vaikutti erittäin onnistuneelta. Isoimmat miinukset palautteissa sai turhan paljon istumista sisältänyt ohjelma. Tähän tullaan varmasti seuraavassa tapahtumassa vaikuttamaan, jotta mieli pysyisi varmasti virkeänä koko tapahtuman ajan. Plus pisteitä tapahtuma sai palautteissa sisällöistään, luennoitsijoistaan sekä onnistuneesta verkostoitumisesta. Kaikki palautekyselyyn vastanneet valmentajat ilmoittivat luoneensa uusia verkostoja tapahtuman aikana.

Voidaankin rohkeasti todeta suomalaisen painonnoston tulevaisuuden olevan valoisa, kun saamme tapahtumassa verkostoitumisen mahdollistaneen avoimen yhdessätekemisen kulttuurin siirrettyä laajasti yhteistoimintaan mukaan.

Kiitos kaikille mukana olleille, ja tapahtuman järjestämiseen positiivisesti vaikuttaneille! ■

Valmentajapäivillä oli loistava yhteishenki.

TEKSTI JAARLI PIRKKIÖ

Kahden lajin palvelija Taito Haara täytti 80 vuotta

Lahtelainen Taito Haara täytti syyskuussa 80 vuotta. Leppoisia eläkepäiviä viettävä rikoskomisario muistetaan erityisesti siitä, että hän piti pitkään hallussa Suomen absoluuttisesti kovimpia yhteistuloksia sekä painonnostossa että voimanostossa.

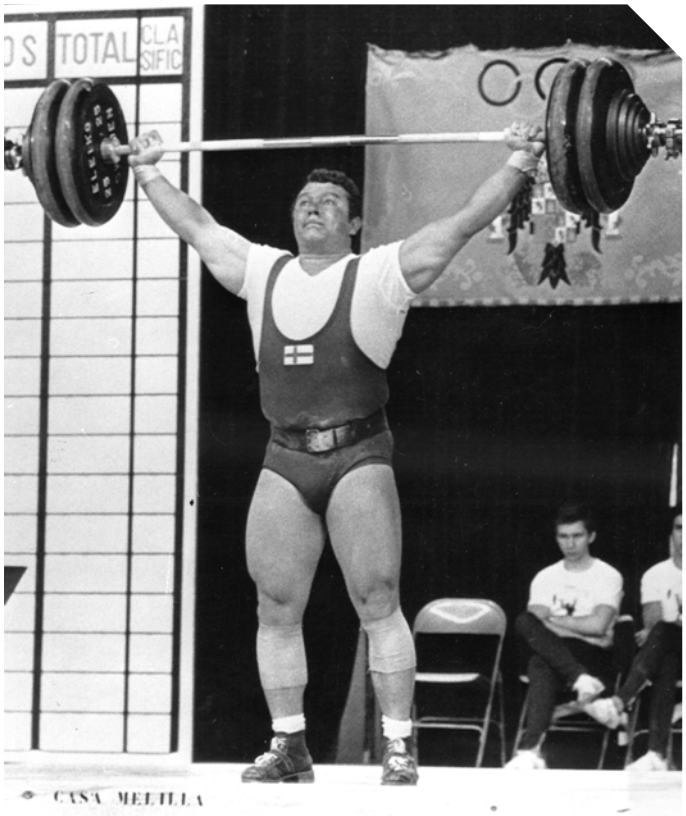
Orimattilassa uransa aloittanut ja maatilan päivittäisistä töistä pohjakunnon hankkinut Haara tavoitteli molemmissa lajeissa haamurajoja – painonnostossa 400 kiloa ja voimanostossa 1000 kiloa – eikä jäänyt kauas. Painonnostossa nousi parhaimmillaan 392,5 kiloa ja voimanostossa 985 kiloa.

Lahden Atomia edustanut Haara on myös harvoja urheilijoita, jotka ovat saavuttaneet arvokisamitalin (olympia/MM/EM) sekä painonnostossa että voimanostossa.

Painonnostossa uran tähtihetki sattui Madridin 1973 EM-kisoihin, joissa Haara tempaisi 162,5 kiloa. Se riitti lajikohtaiseen hopeamitaliin sarjassa 110 kiloa. Olympialaisissa mies oli Suomen edustajana Münchenissä 1972 ja Montrealissa 1976.

Voimanostossa palkintokaappiin päätyi yksi MM-kulta, kaksi MM-hopeaa sekä kaksi EM-kultaa. Haara voitti ensimmäisenä suomalaisena voimanoston maailmanmestaruuden Australian Perthissa 1977.

Maailmanennätyksiä mestarivoimailija ei saavuttanut, mutta yritti kylläkin molemmissa lajeissa. Painonnostossa se tapahtui piirinmestaruuskilpailuissa Lahdessa 1975, kun Haara lastautti tempauksessa tankoon 178 kiloa. Yritystä luonnehdittiin varsin hyväksi, mutta 110-kiloisten ME jäi kuitenkin neuvostoliittolaisen Pavel Pervushinin nimiin.



Taito Haara tempaa EM-hopeaa Madridissa 1973.

– Treeniohjelmani poikkesi varmasti muiden nostajien harjoittelusta. Harjoittelin kuusi kertaa viikossa kaksi–neljä tuntia kerrallaan. Ohjelmani koostui yhtä aikaa kumpaankin lajiin tähtäävistä harjoitteista, kunnes noin kolme–neljä viikkoa ennen kilpailuja siirryin asianomaisen lajin harjoitteluun kokonaan.

– Nostin paljon maksiminostoja (toistot 1–3) myös apuliikkeissä. Harjoitusten tehoa nostin mahdollisimman rajusti loppua kohti, joskin viimeinen viikko ennen kilpailuja teki poikkeuksen ja sen ajan kevensin painoja ja vähensin harjoituskerrat kolmeen tai neljään, Haara paljasti JK Kuntofitnessin haastattelussa.

Ura päättyi loukkaantumiseen Havaijilla käydyissä voimanoston kutsukilpailuissa. Toinen iso loukkaantuminen uralla oli kyynärpään vääntyminen painonnostokilpailuissa. Siitä mies toipui huippurautoihin.

Suomen painonnostoväki onnittelee lahtelaista voimanpesää! ■

TEKSTI KIRSI ALA-NIKKILÄ
KUVAT TUOMO TENHUNEN

SM-viikko käytiin Salossa keskikesän helliessä urheilijoita, talkooväkeä ja yleisöä

Kahvakuulaurheilu aloitti kisarupeamansa torstaina 28. kesäkuuta Salon torilla, sananmukaisesti kuumimpaan markkinaaikaan. Tämä lähetys oli myös ensimmäinen urheilulähetys YLE:n SM-viikon ohjelmistossa.

Reilu vuosi sitten Lift me up ry. otti kunniatehtäväkseen SM-viikon kahvakuulakilpailujen järjestämisen. Nostomuotoja jaettiin kolmelle päivälle: strong sport Salon torilla torstaina 28.6. ja masters SM, työnnön SM sekä puolimaratonin SM Salohallissa perjantaina 29.6. ja lauantaina 30.6.

KAJ KUNNAKSEN JUONTAMANA SUPERSUORITUKSIIN

Salon torilla kahvakuulaurheilijat kilpailivat huomattavasti painavimmilla kahvakuulilla ja lyhyemmällä suoritusajalla long cycle -nostomuodossa, jossa kuula tuodaan ensin rinnalle ja nosto tehdään valmiiksi työnnöllä. Tulokset laskettiin kertoimien mukaan ja YLE:n tulospalvelu tuotti nämä suoraan TV2:n lähetykseen. Näin televisiokatsojat pääsivät reaaliajassa seuraamaan jännittävää kilpailua. Selostajana YLE:ltä oli Johannes Oikarinen ja lajiasiantuntijana Kirsi Ala-Nikkilä. Torilla juontajana oli Kaj Kunnas, jonka kanssa selvitettiin mm. tiedot nostajista ja suoritettiin palkintojen jako.

Kannattaa käydä YLE Areenasta katsomassa lähetys, mm. kilpailu Hyvinkään Ryhdin Satu Kurjen ja Suomen Kahvakuulaurheilun (SKK) Niina Pelanderin kanssa ratkesi +68 kg sarjassa 4 minuutin rinnallevetotyönnössä siten, että Kurki nosti 30 kilon kuulaa 40 kertaa ja Pelander 28 kilon kuulaa 46 kertaa. Kurjen kerrointulos oli loppukirin jälkeen 140,80 ja Pelanderin 140,76! Kolmanneksi nosti sellä erolla kärkeen SKK:n Heli Laine 26 kg x 40 toistoa.

Hyvinkään Ryhdin Aleksi Tuhkanen nosti päivän painavimmat kilot ja oli siten ylivoimainen voittaja miesten -85 kg sarjassa. Tuhkanen nosti 48 kg:n kuulaa 35 kertaa neljän minuutin aikana. Toiseksi kilpaili SKK:n Niilo Kehus 32 kg x 44 toistoa ja kolmanneksi Kauhajoen Karhun Hannu Rintaluoma 36 kg x 30 toistoa.

Juniorisarjoissa voittajiksi nostivat Sumiaisten kunnon Emma Yliskoski 16 kg x 50 toistoa sekä Hyvinkään Ryhdin Ola Suomi 18 kg x 39 toistoa.

Tunnin lähetysajan puitteissa saatiin SM-viikko omalta osaltamme avattua ja teimme tilaa toistoleuanvetäjille. Kahvakuulakaravaani siirtyi pikkuhiljaa Salohalliin, jossa kahden seuraavan päivän aikana olosuhteet eivät muuttuneet lainkaan helpommiksi.

SALOHALLIN OLOSUHTEET HAASTOIVAT

Perjantai käynnistyi työnnön SM-kilpailulla, joka oli ensimmäinen kerta kahvakuulaurheilun historiassa ja Suomen ennätyksiä tehtiin paljon. Tähän asti työntö on ollut mahdollista tehdä vain tempauksen kanssa biathlonissa.

Naisten sarjoissa oli osallistujia eniten. Satu Kurki oli jälleen mukana tiukassa voittokamppailussa mutta hävisi tällä kertaa kevyemmälle SKK:n Suvi Muittarille 24 kg mestaruussarjassa. Molempien tulos oli 68 toistoa. Niina Pelanden tuli kolmanneksi 63 toistolla. Naiset työnsivät kahta 24 kilon kahvakuulaa 10 minuuttia.

Amatöörien yleisessä sarjassa 16 kg:n kuulilla voittajaksi nosti Riikka Viiala SE-tuloksella 115 toistoa, Sumiaisten Kunnon Janica Jäntti sai hopeaa 72 toistolla ja Oulun Karateseuran Heidi Aarra jäi pronssille niukasta 71 toistolla.

Miesten yleisessä mestaruussarjassa Lift me upin Marko Pääkkönen teki paluun kilpalavoille ja voitti 32 kg:n kahvakuulilla tehden 50 toistoa. Amatöörisarjassa Niilo Kehus voitti yleisen sarjan nostamalla 20 kg:n kuulilla tuloksen 86 toistoa.

Masters SM käynnistyi seuraavana ja nyt olivat kaikki nostomuodot käytössä. Lift me upin Taija Merisalo teki SE:n yli 35-vuotiaisen naisten 16 kg biathlonissa, työnnön 123 toistoa ja tempauksen 204 yhteistuloksella 225. Ryhdin Jenni Kuosmanen-Ketola voitti yli 35-vuotiaiden 16 kg long cycle -kilpailun myös SE-tuloksella, jättäen niukasti 89 toistolla Tampereen Pyrinnön Riikka Viialan taakseen.

SATOJEN TOISTOJEN LAUANTAI PUOLIMARATONISSA

SM-viikolla 2022 järjestettiin myös 30 minuutin kilpailu, jossa edelleen oli kaikki nostomuodot ja kahvakuulapainot mukana. Päivä ei ollut urheilijoille helppo vaikka maratonlajeissa kuulaa saa vaihtaa suorituksen aikana vapaasti kädestä toiseen mikäli nostaa

Liftareiden Taija Merisalo ja tuuletus 2x16 kg työnnön SE-lukemien kanssa.

SM-viikko 2022 järjestävän seuran Lift me up ry:n työryhmä.

yhdellä kuulalla. Salohallissa trooppinen ilmasto ei ollut helpottanut ja vaikutti varmasti monen urheilijan tulostasoon.

Tilanne oli kuitenkin kaikille sama ja yksi parhaiten päivästä selvinnyt oli Suvi Muittari, joka tempaisi 22 kg kahvakuulaa puolen tunnin aikana 412 kertaa! Tempaus on kahvakuulaurheilun haastavin nostomuoto sillä pitkissä suorituksissa ote on kovilla. Täysin ilman ihovaurioita ei välttämättä puolimaratonissa selviä.

Muissa naisten tempauksissa Hyvinkään Ryhdin Teija Rantanen teki 18 kg 494 toistoa, Riikka Viiala 16 kg 505 toistoa ja Heidi Aarra 14 kg 509 toistoa. Niina Pelander nosti rinnallevetotyönnössä kahta 18 kilon kahvakuulaa 164 kertaa! Suoritus on huima, 36 kilon hallitseminen sylissä ja heilureissa puolen tunnin ajan on erittäin haastavaa.

Lahden Gentain Janne Suhonen nosti 28 kg kuulalla tempauksen tulokseksi 304 toistoa ja Aleksi Tuhkanen yhden käden rinnallevetotyönnössä 36 kg kuulalla 210 toistoa.

YLE AREENAN KATSOJALUKUJA

Tällä hetkellä Areenassa Salon torin lähetystä on katsottu noin 36500 kertaa. Suoraa lähetystä Salon torilta torstaina päivällä seurasi monta kymmentä tuhatta katsojaa ja vielä illan koostettakin, jossa oli mukana leuanveto ja melonta, yli 100 000 katsojaa.

Kahvakuulaurheilu on mukana myös ensi vuonna, kun SM-viikko järjestetään Lahdessa. Mukana on jälleen kymmeniä lajeja. YLE:n SM-viikon 2022 lähetykset ovat Areenassa nähtävillä ensi kesään.

Kaikki SM-viikon tulokset löytyvät osoitteesta www.kahvakuulakisat.info. ■

Emma Yliskoski suorituksensa alussa, tulos lopulta 379 toistoa 12 kg rinnallevetotyönnössä.

Niina Pelander 30 minuutin ja 164 toiston jälkeen. Huolta pitää Jani Nurmenniemi.

Urheilusuoritukseen vaikuttaa moni asia. Ronja Jämsen tukena Konneveden Urheilijoiden Terhi Ahoselle.

Aleksi Tuhkanen miettii lajivalintaa suorituksensa jälkeen. Edessä 36 kg kahvakuula.

TEKSTI RIIKKA VIIALA

Suomen menestyksekäs joukkue EM-kisoissa mitaleineen: Terhi Ahonen, Riikka Viiala, Suvi Muittari, Janica Jäntti ja Sari Jäntti (alh.).

Kahvakuulaurheiljoille Tallinnan tuomisina

EM-mitaleita, Suomen ennätyksiä ja joukkuehopeaa

Kahvakuulaurheilun Euroopan mestaruuksista kamppailtiin kansainvälisen IUKL-liiton kilpailuissa Virossa 19.–22. toukokuuta. Viikonlopun aikana Tallinnan lavoille nousivat sekä yleisen sarjan mestaruus- ja amatöörikilpailijat että Masters-nostajat.

Suomen joukkueeseen lukeutui niin arvokilpailuiden ensikertalainen Janica Jäntti kuin kymmenen vuotta aiemmin samassa tilanteessa ollut Terhi Ahonen. Viiden hengen joukkueen täydensivät kokeneet kilpailijamme Sari Jäntti, Suvi Muittari ja Riikka Viiala.

Ensimmäisen kilpailupäivän lajina oli long cycle eli rinnalleveto-työntö, jossa Viiala (-58 kg) ja Muittari (-63 kg) nostivat molemmat mestaruussarjassa EM-kultamitalien arvoiset suoritukset 24-kiloisilla kahvakuulilla. Amatöörisarjassa S. Jäntti (-85 kg) ja J. Jäntti (+85 kg) kartuttivat vielä mitalisaldon neljään kultamitaliin 16-kiloisilla työvälineillä. Toisena kilpailupäivänä Suomen ennätystuloksista työnnössä vastasivat Muittari osana biathlon-kilpailua sekä S. Jäntti. Pelkästä työnnöstä päivän mitalistit olivat Viiala ja S. Jäntti.

Kolmannelle kilpailupäivälle jäi nostettavaksi tempaus. Viiala saavutti hopeaa kun taas S. Jäntti ja J. Jäntti tempaisivat kultamitalien arvoisesti. Biathlonissa tulokseen lasketaan yhteen sekä työntö että tempaus. Muittari ja J. Jäntti ansaitsivat yhteispisteillänsä kultamitalit. Viiala ja S. Jäntti puolestaan osallistuivat kolmipäiväisissä kilpailuissa triathloniin, jossa mukaan lasketaan myös long cycle. Kumpikin sai nousta keskimmäiselle palkintokorokkeelle yhteistuloksillansa. Yleisen sarjan nostajamme ylsivät historiallisesti toiseksi maiden välisessä kokonaiskilpailussa. Joukkueenjohtajana Viiala sai poimia komean pokaalin Suomeen viemiseksi Liettuan jälkeen ja ennen Latviaa.

Masters-kilpailijoistamme viidenkymmenen rajapyykin ylittäneet iki-nuoret S. Jäntti ja Ahonen (+68 kg) näyttivät virolaisille kilpasisarille, miten tempauksessa otetaan kaksoisvoitto. S. Jäntti voitti lisäksi kultaa biathlonissa ja Ahonen puolestaan näytöslajityylisen 12-minuutin tempauksen. Alle nelikymppinen Viiala nappasi vielä ikäsarjassaan kunkin kolmen lajin sekä triathlonin kultamitalit. S. Jäntti 12-kiloisilla ja Viiala 16-kiloisilla tekivät yhteensä viisi Suomen ennätystä, jotka ylittivät myös yleisen sarjan tilastomerkinnät.

Suomen vahva viisikko nosti kolmen päivän aikana reilut 44 000 kiloa eli noin 110 kertaa joukkueen massan verran. Koko kilpailutapahtuman nuorimman ja vanhimman nostajan ikäero oli 60 vuotta. Mainittakoon vielä, että lomakohteena paremmin tunnetusta Kreikasta oli kilpailijoita ensimmäistä kertaa kahvakuulaurheilun arvokilpailuissa. Hienoa, että lajimme on valloittanut yhden maan lisää. ■

Hannu Rintaluoma kahvakuulaurheilujaoston puheenjohtajaksi

Kahvakuulaurheilujaosto järjestäytyi 3. tammikuuta kokouksessaan. Jaoston kokoonpano vuodelle 2023 on seuraava: puheenjohtaja Hannu Rintaluoma, varapuheenjohtaja ja koulutusvastaava Ronja Jämsen, tuomaritoimintavastaava Marie Kaarakainen, tiedotusvastaava Teija Rantanen ja maajoukkuevastaava Riikka Viiala

Vuoden päätapahtuma on SM-viikko Lahdessa 3.–6. elokuuta, jonka yhteydessä järjestetään myös kahvakuulaurheilun SM-kilpailut. ■

TEKSTI JAARLI PIRKKIÖ

Lontoon ja Helsingin olympialaisten painonnosto saivat jälkikäteen EM-arvon

Touko-kesäkuun vaihteessa Albanian Tiranassa käydyt painonnoston EM-kilpailut olivat järjestyksessään sadannet. Ensimmäiset voimailtiin Alankomaiden Rotterdamissa 1896.

Pyöreitä lukuja ei olisi juhlittu ellei Euroopan Painonnostoliitto (EWF) olisi vaivihkaa lisännyt luetteloon kaksia olympiakisoja. Jälkikäteen EM-arvon ovat saaneet Lontoon 1948 ja Helsingin 1952 olympialaiset.

Tämä puolestaan merkitsee, sitä Suomessa on kautta aikojen järjestetty kolmet yleisen sarjan EM-kilpailut. Lisäksi Suomi sai kolme "uutta" painonnoston EM-mitalia.

Lontoossa 1948 Juhani Vellamo oli eurooppalaisista rautakourista kolmanneksi vahvin kolmen nostomuodon yhteistuloksella 355 kiloa. Enemmän nostivat Ruotsin Gösta Magnusson 375 kiloa ja Ranskan Jean Debuf 370 kiloa.

Kotikisoissa Helsingissä 1952 EM-mitalisteiksi kruunattiin Frank Teräskari sarjassa 75 kiloa ja Kai Outa sarjassa 90 kiloa.

Teräskarin yhteistulos oli 352,5 kiloa. Enemmän nosti ainoastaan 357,5 kiloa kasannut Ruotsin Åke Hedberg.

Kai Outa oli kolmanneksi vahvin sarjassaan tuloksella 365 kiloa. Neuvostoliiton Grigori Novak läjäsi 410 kiloa ja Italian Luciano Zardi 367,5 kiloa.

Kai Outa nosti EM-pronssia Helsingissä 1952.

Helsingissä käytiin EM-kilpailut myös vuosina 1947 ja 1956. Molemmat olivat SVUL:n Suurkisojen yhteydessä. ■

TEKSTI JAARLI PIRKKIÖ

Keski-Suomen punttikonkarit kansien väliin

Suomenkielisten painonnostokirjojen julkaiseminen on ollut nykyisellä vuosituhannella harvinainen tapahtuma. Keski-Suomessa pistettiin tuulemaan ja julkaistiin teos Keski-Suomen Painonnostajia vuosilta 1950–1985. Kirjan tekijä on Pentti Noronen.

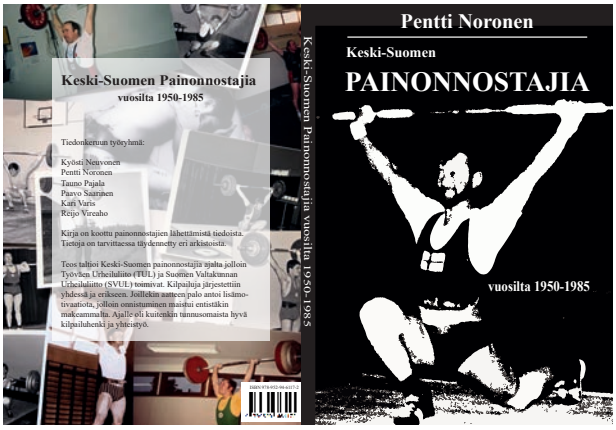
Toukokuussa julkaistu kirja sai alkunsa urheilun monitoimimiehen Paavo Saarisen aloitteesta. Tarkoitus oli kerätä tiedot veteraanipainonnostajista edellä mainittujen vuosien ajalta muistoteokseksi ja tuleville sukupolville säilytettäväksi.

Tiedot kirjaan on saatu lehtileikkeistä, henkilöiden omista tai kavereiden muistiinpanoista sekä yleisistä tiedoista. Nostajien esittely on samantyyppinen kuin aikoinaan julkaistussa kirjasarjassa Urheilumme kasvot.

Kirjasta löytyy mielenkiintoisia tietoja takavuosien olympiaedustajista. Esimerkiksi Arvo Ala-Pöntiö edusti uransa aikana Jyväskylän Atomia, Tapio Kinnunen Kivijärven Kivekkäitä, Aimo Nieminen Jämsänkosken Jyryä ja Aarne Vehkonen Tikkakosken Tikkaa.

Lahden Atomin aikoinaan perustanut Aulis Piilonen aloitti painonnoston Jyväskylän Atomissa. Liekö kasvattiseura ollut mielessä, kun Piilonen uutta seuraa Lahdessa perusti?

Teoksen kirjoittajan Pentti Norosen seura on Vihtavuoren Pamaus. Paavo Saarisen painonnostoura alkoi Kaipolan Vireessä.



Pentti Norosen ja Paavo Saarisen ohella tiedonkeruun työryhmään kuuluivat Kyösti Neuvonen, Tauno Pajala, Kari Varis ja Reijo Vireaho.

Kirjaa voi tilata Pentti Noroselta, pentti.noronen@gmail.com, p. 0407063216. ■

TEKSTI KALLE VIRTAPOHJA
Kirjoittaja on Pekka Kareen ystävä ja muistelmien kirjoittaja.

Pekka Kare on poissa

Suomen Painonnostoliiton kunniapuheenjohtaja Pekka Kare menehtyi lyhyen sairauden jälkeen 8. marraskuuta 2022 Siuntiossa. Hän oli syntynyt Viipurin maalaiskunnassa Perojoella 14. huhtikuuta 1931 ja oli kuollessaan 91-vuotias.

Sota väritti Pekan lapsuuden kokemuksia. Hän lähti äitinsä ja kahden sisaruksensa kanssa evakkoretkelle sen jälkeen, kun Neuvostoliitto oli pommittanut Viipuria talvisodan alussa joulukuussa 1939. Perheen isä oli reserviläisenä Suomen armeijassa ajaen tankkiautoa, niin kuin hän oli tehnyt jo ennen sotaa.

Perhe asettui rauhan tultua Valkeakoskelle, missä Pekka oli perustamassa paikallista painonnostoseuraa. Hän lähti Helsingin yliopistoon opiskelemaan oikeustiedettä ja sai 1960-luvun alussa varatuomarin arvon.

Pekan pikkuveli Tauno Kare oli Suomen parhaita painonnostajia edustaen Suomea yli 40 maaottelussa. Siinä sivussa isoveli rakensi omaa uraansa urheilujohtajana.

Kun Pekasta tuli Suomen Painonnostoliiton puheenjohtaja 1967, hän kertoi toteuttavansa 1950-luvulla Kansainvälisen Painonnostoliiton puheenjohtajana toimineen Bruno Nybergin periaatteita: kansainvälisyyttä ja pyrkimystä toimia kotimaassa yli politisoituneiden liittorajojen.

Pekka Kare valittiin Kansainvälisen Painonnostoliiton hallitukseen vuonna 1968. Seuraavana vuonna hän osallistui Puolassa Euroopan Painonnostoliiton perustamiseen. Kansainvälisen Painonnostoliiton hallituksessa hän toimi 1968–1974 ja uudelleen 1990-luvulla. Euroopan Painonnostoliiton hallituksessa hän oli liiton perustamisesta lähtien 1969 vuoteen 2003.

Pekka Kare toimi Mexicon olympiakisoissa 1968 painonnostojoukkueen johtajana. Niissä kisoissa Kaarlo Kangasniemi voitti olympiakultaa. Hänestä tuli Suomen kaikkien aikojen painonnostaja.

Neljä vuotta myöhemmin Pekka Kare valittiin Suomen olympiajoukkueen ylijohtajaksi Münchenin olympiakisoihin 1972.

Kansallisesti Pekan merkittävimpänä saavutuksena voi pitää painonnoston maailmanmestaruuskilpailujen saamista Suomeen. Kilpailut järjestettiin Lahdessa vuonna 1998.

Kotimaassa Pekka Kare toimi Suomen Painonnostoliiton puheenjohtajana kahteen otteeseen: 1967–1974 ja 1980–1992, jonka jälkeen hänestä tehtiin liiton kunniapuheenjohtaja.

Pekka Kare toimi myös Suomen Olympiakomitean ja suomalaisen urheilun johtavan kotimaisen keskusjärjestön Suomen Valtakunnan Urheiluliiton (SVUL) varapuheenjohtajana.

Pekka Kare toimi kahden vuosikymmenen ajan kansallisen peliyhtiö Veikkauksen tytäryhtiön painotalo Kvartto Oy:n toimitusjohtajana.

Pekka Kareen muistelmakirja ilmestyi vain puoli vuotta ennen hänen kuolemaansa. Lapset, lapsenlapset ja sukulaisten ja ystävien laaja piiri jäivät kaipaamaan runoja ja laulamista harrastanutta luotettavaa ystävää.

TEKSTI HARRI NORBERG

In Memoriam Lippo Norberg 1935–2022

Urheilun ja painonnoston monitoimimiehenä Ylitorniolla, Lapissa ja valtakunnallisestikin tunnettu Lippo Norberg nukkui pois 20.8.2022 Ylitorniolla 86 vuoden iässä. Lippo oli syntynyt 13.10.1935 Ounasjoen varressa Rovaniemen maalaiskunnan Patokosken kylässä, jossa Lipon äiti toimi kansakoulun opettajana. Toisen maailmansodan päätyttyä perhe muutti isän ja äidin töiden myötä Rovaniemelle, jossa Lippo aloitti tutustumisen painonnostoon jo 15-vuotiaana. Painonnoston ohella muutkin urheilulajit kuten pesäpallo olivat Lipolle mieluisia hänen nuoruudessaan.

Lipon itse kertomana 1950-luvun alkupuolella nuoret pojat saivat painonnostosalilla toimia lähinnä vain levynvaihtajina aikamiehille, mutta näiden päätettyä treenit pääsivät nuoretkin kokeilemaan painojen nostelua. Ehkä tästä historiasta johtuen Lippo halusi myöhemmin antaa oman panoksensa nimenomaan lasten ja nuorten urheilun edistämiseen.

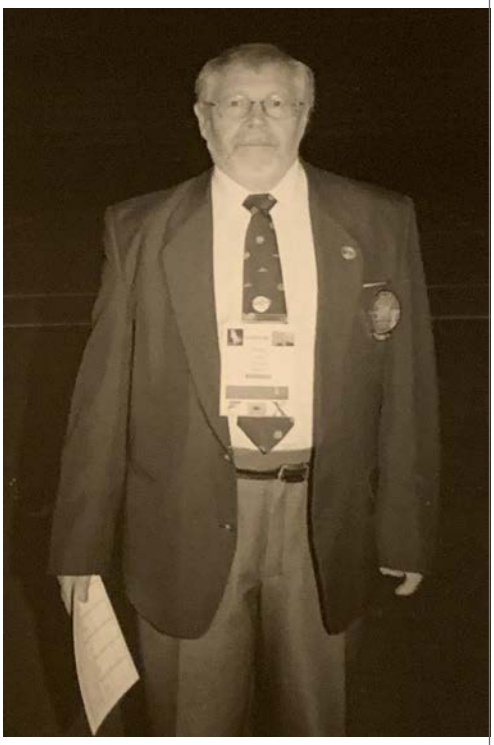
Lippo valmistui Oulun opettajakorkeakoulusta vuonna 1958 ja teki työuransa opettajana Ylitorniolla, jonne hän muutti samana vuonna. Ensimmäiset 14 vuotta hän toimi opettajana Aavasaksan koululla ja vuodesta 1971 alkaen peruskoulun opettajana Ylitornion kirkonkylällä. Rovaniemellä virinnyt painonnostoinnostus sai jatkoa opettajan työn ohessa Aavasaksan koulun pihalla ja koulun tiloissakin, jossa treenattiin painonnostoa Ruotsin puolelta hankituilla Wattholman painonnostotangolla ja -levyillä. Nämä välineet löytyvät edelleen Ylitornion kirkonkylään valmistuneesta kodista, jonne Lippo perheineen muutti vuonna 1970.

Lippo edusti painonnostossa Aavasaksan Urheilijoita 1960-luvulta lähtien. Tuolloin Tornionjokilaaksossa ja Lapissa painonnostoa harrastettiin useissa kylissä ja Lippo kävi mielellään kilpailemassa eri puolilla Lappia. 1970-luvulla painonnosto jäi hetkeksi taustalle ja tuolloin Lippo veti AavU:ssa junioritoimintaa jalkapallossa ja jääkiekossa. Näissäkin lajeissa – kuten myöhemmin myös painonnostossa – Lipon kantava ajatus oli, että menestys ei ole tärkeintä, vaan se, että mahdollisimman moni lapsi ja nuori saa hyvän harrastuksen.

Painonnoston liekki syttyi uudelleen Ylitorniolla 1980-luvun alussa, kun Kai Lomma muutti Ylitorniolle työskentelemään kirkonkylälle vastikään perustettuun SOS-lapsikylään. Tampereella painonnosto-oppinsa ammentanut Kai ja Lippo löysivät pian toisensa ja käynnistivät yhdessä AavU:n painonnostotoiminnan toden teolla. Parhaillaan lapsia ja nuoria oli mukana toiminnassa parikymmentä, mikä oli sen aikaisiin lajin kannalta vaatimattomiin olosuhteisiin nähden iso määrä. Lippo toimi painonnostojaoston vetäjänä ja lajin puuhamiehenä Kain tuodessa mukanaan toimintaan tärkeää tietoa lajin tekniikasta ja ohjelmien teosta.

Lipon ja Kain yhteistyön tuloksena AavU:n nuoret ottivat ensimmäisiä alle 17-vuotiaiden SM-mitaleita jo muutama vuosi toiminnan käynnistymisestä. Yksi Lipon painonnostouran tähtihetkistä oli, kun AavU:n nuoret ottivat joukkuemestaruuden Oulussa 1985 järjestetyissä alle 17-vuotiaiden SM-kisoissa. Parhaan joukkueen palkintoja tuli lisääkin ja Lippo valittiin Suomen Painonnostoliiton vuoden valmentajaksi vuonna 1986. Tässäkin yhteydessä Lippo korosti lehtihaastattelussa tiimityön merkitystä ja piti itseään enemmänkin seuratoimitsijana, vaikka hänen meriittinsä myös valmentajana ja kisajoukkueiden vetäjänä oli kiistaton. Lippo toimi useina kesinä valmentajana myös liiton järjestämillä nuorten painonnostoleireillä Vierumäellä.

Lippo toimi aktiivisesti painonnostokilpailujen järjestäjänä Ylitorniolla ja osallistui lähes aina itsekin kisoihin, kun vain kisailuun oli mahdollisuus. Isoimpia Aavasaksan Urheilijoiden järjestämiä kisoja olivat lukuisten piirikunnallisten ja kansallisten kisojen ohessa vuonna 1986 Ylitorniolla järjestetyt ikämiesten SM-kilpailut, vuonna 1988 järjestetyt nuorten SM-kilpailut ja vuonna 1995 järjestetyt veteraanien SM-kilpailut, jotka olivat samalla Lipon 60-vuotisjuhlakilpailut. Tuomari- ja toimihenkilötehtävissä Lippo toimi kansainväliselle tasolle saakka osallistuen vuoden 1998 Lahden MM-kisojen sihteeristöön, jossa Lipon kielitaidosta oli suuresti apua. Kotimaan lavoilla hänen äänensä oli tuttu monissa kisoissa kuuluttajan tehtävässä.



Lippo Norberg Lahden MM-kisoissa 1998.

Lippo oli viimeisiin hetkiinsä asti kiinnostunut miten painonnostossa menee Rovaniemellä ja Suomessa. Lippo sai kuulla pojaltaan Harrilta myös Rovaniemellä syksyllä 2021 järjestetyistä nuorten EM-kilpailuista. Paljolti voidaan pitää myös Lipon ansiona kisojen toteutumista Rovaniemellä, sillä ilman painonnoston liekin sytyttämistä jälkikasvuun olisi historia voinut nuorten EM-kisojenkin osalta olla toinen.

Lipon elämäntyö Ylitorniolla oli monipuolinen ja hän toimi opettajan työn ja urheiluun liittyvien tehtävien ohella vaimonsa Liisan kanssa muun muassa Ylitornion SOS-lapsikylän ystävissä. Lippoa jäivät kaipaamaan vaimo, lapset, lapsenlapset ja sukulaiset sekä lukuisat ystävät.

TEKSTI JUHANI LUND
KUVA JAARLI PIRKKIÖ

In Memoriam
Martti Heikura 1941–2022

Pitkän työn painonnoston parissa tehnyt Oulun Pyrinnön Martti Heikura on nukkunut joulun jälkeen ikiuneen. Tieto yllätti, vaikka vakava sairaus oli tiedossa.

Martin 80-vuotisjuhlakilpailut 11.12.2021 Oulussa olivat viimeiset nostouralla. Omien sanojen mukaan "se oli nyt tässä". Masters sarja oli 55 kg 80 v. Joka nostomuoto päättyi SE-tulokseen. Vielä 2022 Tatun kisoissa hän kävi katsomassa kilpailuja.

60-luvulla Oulun Pyrinnön urheilutalolla kuului laulua, Martti viritteli rautojen kolistelun lomassa ääntä, oli kai soittokeikalle menossa illalla. Hän oli ammattimuusikkona 60- ja 70-luvulla rumpalin ja laulajan tehtävissä.

Painonnosto oli 70-luvun lopulta lähtien Martilla Masters aikaa eri ikäluokissa noin 40 vuoden ajan. MM-, EM- ja SM-mitaleita kertyi mittava määrä. Martti toimi Oulun Pyrinnön painonnostojaoston puheenjohtajana 1982-1995 sekä jaoston jäsenenä pitkään.

2000-luvulla Martti toimi kilpailujen johtajana kaikissa OP:n järjestämissä arvokisoissa toimien myös tuomarina ja tutun välineen mikrofonin varressa kuuluttajana. Pitkästä, noin 60 vuotta kestäneestä työstä painonnoston hyväksi hän sai muun muassa Suomen Painonnostoliiton kultaisen ansiomerkin sekä liiton standaarin. OP:n kunniajäseneksi tuli myös nimitys.

Avoimena ja välittömänä henkilönä tunnetulta Martilta riitti treeneissä kannustusta ja tarvittaessa neuvoja. Martin vaimo Tuulikki oli usein kisoissa vapaaehtoistöissä. Lapsia ja lastenlapsia on 4. polvessa.

Soitto on suruista tehty ja murehista muovaeltu ei pitänyt Martin kohdalla paikkaansa vaan hän jää muistoihimme iloisena ja reiluna nostajaveljenä.

TEKSTI JAARLI PIRKKIÖ

Lauri Eskola on poissa

Painonnoston nuorten Pohjoismaiden mestari Lauri Eskola on poissa. Hän oli syntynyt Eurassa 27. toukokuuta 1940 ja kuoli 82-vuotiaana Vantaalla 11. elokuuta.

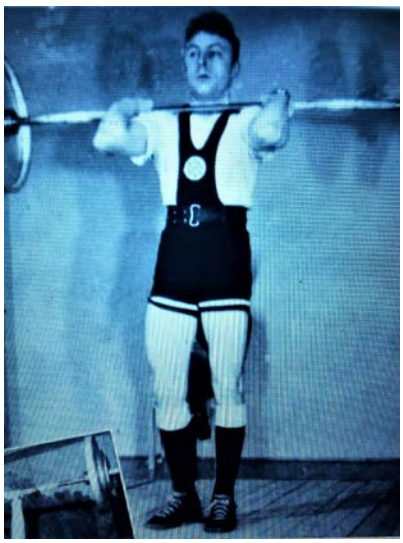
Eskola voitti nuorten PM-kultaa vuonna 1960 sarjassa 90 kiloa yhteistuloksella 370 kiloa.

Urheilu-uransa jälkeen hän tuli tunnetuksi geofyysikkona ja tieteen ystävänä. Virkavuosinaan hän toimi valtiongeofyysikkona, tutkimusprofessorina ja tieteellisen tutkimuksen tutkimusjohtajana.

Eskola kirjoitti lukuisia julkaisuja ja toimi tieteellisissä vastuutehtävissä ohjaajana, luennoitsijana ja vastaväittelijänä.

LÄHDE PENTTI NORONEN:
KESKI-SUOMEN PAINONNOSTAJIA

Reijo Vireaho on poissa



Reijo Vireaho aloitti painonnoston Vihtavuoren Pamauksessa.

Pitkän linjan painonnostovaikuttaja Reijo Vireaho on poissa. Hän oli syntynyt 12.11.1940 Laukaassa ja kuoli 11.1. Kauhajoella.

Vireaho eli täysillä painonnostolle. Hän sai kipinän raudankesyttämiseen jo nuorena poikana oman paikkakunnan painonnostajalta Matti Arkolta. Oman kilpailemisen ohella hän toimi muiden painonnostajien taustahenkilönä ja kannustajana.

Vireaho suoritti A-valmentajatutkinnon sekä toimi aktiivisesti tuomarina ja tuomarikouluttajana. Hänellä oli kansainvälinen II luokan tuomarikortti vuosina 1984–2012.

Järjestöpuolella Vireaho kuului Suomen Painonnostoliiton johtokuntaan 1986–1989 ja valmennusvaliokuntaan 1987–1989. Hän toimi Etelä-Pohjanmaan piirin puheenjohtajana 1976-1990, Pohjois-Suomen aluepäällikkönä 1978–1988 sekä aluevalmentajana 1982–1989.

Paikallistasolla Vireaho valmensi Vihtavuoren Pamauksen painonnostajia 1956–1975 ja oli perustamassa Siilinjärven Ponnistuksen painonnostojaostoa. Vireahon valmennuksessa olleet painonnostajat saavuttivat yhteensä 122 SM-mitalia.

Vireaho huomioitiin lukuisilla ansiomerkeillä, muun muassa Suomen Liikuntakulttuurin ja Urheilun ansiomerkillä kultaisin ristein vuonna 1993.

Painonnoston masters SM-kilpailujen nykyinen ikäluokkajako syntyi aikoinaan Vireahon aloitteesta.

Vireaho saavutti yhteensä 21 piirinmestaruusmitalia Keski-Suomen, Pohjois-Savon ja Etelä-Pohjanmaan piireissä. Hänen ennätyksensä olivat punnerrus 87, tempaus 80 ja työntö 105 kiloa.

Varastomiehenä työuransa tehnyt Vireaho edusti Vihtavuoren Pamausta, Siilinjärven Ponnistusta ja Kauhajoen Karhua.

TEKSTI PENTTI NORONEN

Väinö Kupari on poissa

Väinö Kupari saavutti useita masters MM-mitaleita.

Väinö Kupari oli syntynyt 20.7.1932 Konnevedellä ja menehtyi 89 vuoden ikäisenä 5.6.2022.

Vielä viikko ennen hänen poismenoaan saimme olla yhdessä painonnostoveteraanien tapaamisessa Petäjävedellä.

Konneveden Urheilijoiden painonnoston kantava voima ja tervaskanto aloitti painonnoston jo 1950-luvulla jatkaen vielä veteraanisarjoissa 2010-luvulle asti.

Väinö saavutti useita piirinmestaruusmitaleita ja menestystä. Myöhemmin menestystä tuli veteraanien eli nykytermein mastersien kilpailuissa.

Tässä mahtava lista mastersien arvokilpailuista: SM-kisoista 12 kultaa ja 5 hopeaa, EM-kisoista 1 kulta, 3 hopeaa ja yksi pronssi sekä yksi 4. ja yksi 5. sija sekä MM-kisoista 2 pronssia.

Väinö oli tuttu näky aina kilpailuissa myös tsemppaajana ja tunnelman luojana. Vielä viimeisellä viikollaan hän oli kuntosalilla painoja nostelemassa. Nuorena hän harrasti myös yleisurheilua, hiihtoa ja pesäpalloa.

TOIMINTAKALENTERI 2023

Helmikuu			
	11.–12.	Peruskoululaisten mestaruuskilpailut	Kalajoki
	24.–26.	Yleisen sarjan SM-kilpailut	Karvia
Maaliskuu			
	3.–5.	Painonnoston valmentajakoulutus taso I	Tampere
	10.–12.	Painonnoston valmentajakoulutus taso 2	Tampere
	25.3.–2.4.	17-vuotiaiden MM-kilpailut	Dürres, Albania
	31.3.–2.4.	Masters SM-kilpailut	Rovaniemi
Huhtikuu			
	31.3.–2.4.	Masters SM-kilpailut	Rovaniemi
	25.3.–2.4.	17-vuotiaiden MM-kilpailut	Dürres, Albania
	15.–23.	Yleisen sarjan EM-kilpailut	Jerevan, Armenia
Toukokuu			
	17.–24.	Masters EM-kilpailut	Waterford, Irlanti
	19.–21.	Painonnoston valmentajakoulutus taso I	Tampere
	20.–21.	15- ja 17-vuotiaiden SM-kilpailut	Pori
Kesäkuu			
	16.–18.	Painonnoston valmentajakoulutus taso 2	Tampere
	26.–30.	European Masters Games	Tampere
Heinäkuu			
	6.–17.	15- ja 17-vuotiaiden EM-kilpailut	Chisinau, Moldova
	24.7.–3.8.	20- ja 23-vuotiaiden EM-kilpailut	Bukarest, Romania
Elokuu			
	24.7.–3.8.	20- ja 23-vuotiaiden EM-kilpailut	Bukarest, Romania
	12.–13.	20- ja 23-vuotiaiden SM-kilpailut	Kokkola
	20.–28.	Masters MM-kilpailut	Wieliczk, Puola
Syyskuu			
	2.	Etelä-Suomen mestaruuskilpailut	Pori
	2.	Pohjois-Suomen mestaruuskilpailut	Oulu
	2.–17.	Yleisen sarjan MM-kilpailut	Riad, Saudi-Arabia
Lokakuu			
	27.–29.	Yleisen sarjan PM-kilpailut	Landskrona, Ruotsi
Marraskuu			
	10.–12.	17- ja 20-vuotiaiden PM-kilpailut	Rovaniemi
	25.	Seurajoukkueiden SM-loppuottelu	Rovaniemi
		20-vuotiaiden MM-kilpailut	Guadalajara, Meksiko

Toimintakalenteri päivittyy osoitteessa: www.painonnosto.fi/tapahtumat
Kansainväliset tapahtumat päivittyvät osoitteissa: www.iwf.sport/events/calendar/ ja www.ewf.sport/calendar/
Kahvakuulaurheilun tapahtumat löytyvät osoitteesta: www.kahvakuulaurheilu.net
Toiminnallisen urheilun tapahtumat löytyvät osoitteesta: www.fin2f.fi

PERUSKOULULAISTEN MESTARUUSKILPAILUT PORI 5.2.2022

Tytöt 1.lk-10.lk: 32 kg: 1. Hirttiö Ruska Pori (-10/28,06) 65 kg PkE (28 PkE+37 PkE) 173,849 p., 2. Juntto Willhelmiina Haaparanta (-11/29,62) 61 kg (26+35) 153,402 p., 3. Pajunpää Tinja Kokkola (-10/31,78) 33 kg (14+19) 76,824 p. **36 kg:** 1. Hirttiö Emmi Pori (-09/35,01) 61 kg PkE(26 PkE+35 PkE) 128,415 p. **40 kg:** 1. Eskelinen Pinja Joensuu (-09/38,90) 74 kg PkE (32 PkE+42 PkE) 140,637 p., 2. Lindgren Veera Noormarkku (-08/39,29) 67 kg (27+40) 126,156 p., 3. Mäntykenttä Sara Rovaniemi (-09/39,00) 54 kg (22+32) 102,381 p., 4. Imponen Ninni Kemijärvi (-12/38,48) 45 kg (19+26) 86,398 p. **45 kg:** 1. Pajunpää Tessa Kokkola (-07/43,15) 87 kg (40+47) 150,619 p., 2. Eerikäinen Aino Helsinki (-11/43,91) 51 kg (23+28) 86,980 p., 3. Uschanoff Kerttu Tampere (-09/44,12) 47 kg (20+27) 79,834 p., 4. Vierikko Kati Kurikka (-09/41,57) 39 kg (17+22) 69,764 p. **49 kg:** 1. Postila Saara Rovaniemi (-06/48,44) 104 kg (49+55) 163,667 p., 2. Vaara Stina Haaparanta (-09/48,85) 83 kg (40+43) 129,760 p., 3. Cederlöf Veera-Matilda Vihti (-07/45,80) 64 kg (27+37) 105,364 p., 4. Kuoppakangas Iines Kurikka (-07/47,92) 42 kg (17+25) 66,662 p. **55 kg:** 1. Niva Liisa Rovaniemi (-08/54,14) 117 kg (50+67 PkE) 169,429 p., 2. Känkänen Helka Pori (-08/52,78) 99 kg (46+53) 146,008 p., 3. Alminoja Justiina Pori (-09/52,31) 71 kg (31+40) 105,399 p., 4. Närvä Essi Pomarkku (-09/54,65) 70 kg (30+40) 100,698 p., 5. Vierikko Jenni Kurikka (-07/51,99) 55 kg (23+32) 82,016 p. **59 kg:** 1. Kononen Iita Äänekoski (-06/57,80) 161 kg PkE (73 PkE+88 PkE) 222,890 p., 2. Herva Mona Rovaniemi (-06/58,48) 128 kg (60+68) 175,839 p., 3. Jauhojärvi Matilda Rovaniemi (-06/57,70) 118 kg (53+65) 163,549 p., 4. Haapakoski Pinja Rovaniemi (-07/56,89) 83 kg (38+45) 116,136 p., 5. Pimiä Tilda Saarijärvi (-06/55,89) 83 kg (37+46) 117,549 p., 6. Kautto Saima Akaa (-06/57,57) 72 kg (29+43) 99,943 p. **64 kg:** 1. Rautio Kaisa Rovaniemi (-07/62,90) 149 kg (66+83) 195,467 p., 2. Rättyä Vilma Sievi (-06/63,90) 148 kg (67+81) 192,319 p., 3. Lindén Sara Pori (-08/61,55) 119 kg (53+66) 158,209 p., 4. Huhtinen Heta Helsinki (-06/63,91) 83 kg (33+50) 107,467 p., 5. Rajainmäki Rauha Pori (-08/63,47) 78 kg (30+48) 101,768 p. **71 kg:** 1. Jürgenson Gerta Sievi (-06/65,90) 165 kg PkE (75 PkE+90 PkE) 210,568 p., 2. Hormavirta Minni Lohja (-08/65,08) 141 kg (60+81) 181,253 p., 3. Kononen Olga Pori (-06/65,92) 113 kg (52+61) 144,182 p., 4. Koikkalainen Helmi Lempäälä (-07/67,22) 86 kg (38+48) 108,518 p. **+71 kg:** 1. Timonen-Nissi Jenna Muonio (-07/71,68) 133 kg PkE (59 PkE+74 PkE) 162,095 p., 2. Salonen Joanna Kangasala (-06/82,88) 67 kg (30+37) 76,276 p.

Pojat: 35 kg: 1. Russell Torbjørn Rovaniemi (-10/34,60) 88 kg PkE (38 PkE+50 PkE) 208,186 p., 2. Hirttiö Tuisku Pori (-10/30,90) 70 kg (32+38) 187,489 p., 3. Hagman Konsta Tampere (-11/33,60) 51 kg (23+28) 124,500 p., 4. Niva Luda Rovaniemi (-12/31,20) 48 kg (19+29) 127,166 p., 5. Lautamo Eino Kemijärvi (-12/29,55) 41 kg (17+24) 115,599 p., 6. Tiainen Onni Ulvila (-10/32,40) 39 kg (17+22) 99,062 p. **40 kg:** 1. Lohenoja Jonni Lahti (-09/39,30) 75 kg (32+43) 155,835 p., 2. Lindholm Charger Kurikka (-10/39,50) 73 kg (33+40) 150,930 p., 3. Russell Ukko Rovaniemi (-11/37,40) 68 kg (28+40) 148,421 p., 4. Hakola Eeli Ylöjärvi (-08/39,40) 53 kg (21+32) 109,850 p., 5. Kuusikko Matias Parkano (-10/38,95) 48 kg (20+28) 100,613 p., 6. Taipale Risto Kemijärvi (-11/39,75) 46 kg (19+27) 94,525 p., 7. Lähdeniemi Akseli Nummela (-11/38,15) 39 kg (17+22) 83,445 p. **45 kg:** 1. Ollonen Kai Rovaniemi (-08/43,55) 112 kg (50+62) 211,217 p., 2. Koivuranta Alex Tornio (-09/43,90) 72 kg (31+41) 134,800 p., 3. Mitrunen Teemu Helsinki (-10/44,40) 71 kg (32+39) 131,577 p., 4. Pimiä Åke Saarijärvi (-10/40,45) 53 kg (24+29) 107,091 p., 5. Koikkalainen Lauri Lempäälä (-11/42,95) 44 kg (18+26) 84,038 p., 6. Soiluaho Joona Äänekoski (-11/44,15) 40 kg (16+24) 74,506 p. **49 kg:** 1. Teivaala Pekka Kurikka (-08/45,75) 61 kg (28+33) 110,078 p., 2. Virtanen Aaro Ylöjärvi (-09/46,45) 48 kg (19+29) 85,478 p. **55 kg:** 1. Minkkinen Ukko Tampere (-08/54,90) 90 kg (40+50) 139,894 p., 2. Vahantapohja Aaro Ylöjärvi (-10/52,65) 53 kg (22+31) 85,089 p. **61 kg:** 1. Mäkitalo Elias Rovaniemi (-07/60,45) 128 kg (60+68) 185,496 p., 2. Jokela Joona Rovaniemi (-06/57,20) 125 kg (57+68) 188,441 p., 3. Pimiä Aapo Saarijärvi (-08/56,35) 81 kg (35+46) 123,465 p. **67 kg:** 1. Ojala Veikko Pori (-06/66,45) 185 kg PkE (85 PkE+100 PkE) 251,742 p., 2. Kyösti Juho Kalajoki (-06/65,15) 137 kg (65+72) 188,800 p., 3. Gröhn Hugo Rovaniemi (-08/62,75) 107 kg (52+55) 151,153 p., 4. Röbalkin Miron Tampere (-09/63,40) 78 kg (34+44) 109,430 p. **73 kg:** 1. Teurajärvi Lenni Rovaniemi (-06/70,65) 155 kg (65+90) 203,125 p., 2. Huhtimäki Touko Tampere (-07/68,55) 105 kg (45+60) 140,132 p., 3. Teivaala Petteri Kurikka (07/69,05) 95 kg (45+50) 126,224 p. **81 kg:** 1. Jännes Eliel Tampere (-07/74,95) 190 kg (84+106) 240,675 p., 2. Mähönen Lauri Iisalmi (-07/75,10) 176 kg (76+100) 222,694 p., 3. Lindholm Chasimir Kurikka (-05/78,30) 123 kg (53+70) 152,160 p. **+81 kg:** 1. Jokinen Jerry Lahti (-06/97,15) 188 kg (85+103) 210,750 p., 2. Vähäkoski Antti Ylöjärvi (-07/97,65) 150 kg (65+85) 167,820 p.

Kuntien pisteet: 1. Rovaniemi 81, 2. Pori 50, 3. Kurikka 28, 4. Tampere 23, 5. Ylöjärvi 18, 6. Lahti 14.

YLEISEN SARJAN SM-KILPAILUT ROVANIEMI 26.–28.2.2022

Naiset: 45 kg: 1. Sonja Koponen TP (-89/44,85) 135 kg (62 SE+73) 226,157 p., 2. Anne Isokangas APW (-82/44,65) 95 kg N40SE (42 N40SE+53 N40SE) 159,746 p., 3. Tessa Pajunpää LoVe (-07/43,2) 90 kg (40+50) 155,657 p. **49 kg:** 1. Viivi Körkkö OAK (-02/48,7) 143 kg (62+81 N20SE) 224,1 p., 2. Marianna Polvi APW (-91/48,5) 122 kg (52+70) 191,807 p., 3. Iiris Savolainen LeKi (-06/48,5) 121 kg N17SE (54+67 N17SE+PE) 190,235 p., 4. Elli Mustonen JoPuPo (-85/48,8) 119 kg (53+66) 186,19 p., 5. Saara Postila OAK (-06/48,3) 111 kg (50+61) 175,081 p., 6. Sadia Noor-E APW (-86/48,85) 110 kg (44+66) 171,971 p. **55 kg:** 1. Marju Kymäläinen HWJ (-92/54,75) 155 kg (70+85) 222,688 p., 2. Heidi Kunelius LoLif (-88/54,75) 143 kg (63+80) 205,448 p., 3. Hanna-Riikka Martimo RoRe (-94/54,45) 123 kg (54+69) 177,399 p., 4. Jessica Parhiala RoRe (-03/54,9) 122 kg (55+67) 174,941 p., 5. Claudia Casagrande RoRe (-96/54,3) 119 kg (51+68) 171,965 p., 6. Matilda Jauhojärvi OAK (-06/54,4) 118 kg (53+65) 170,298 p., 7. Susanna Sirenius HWJ (-98/55,0) 116 kg (50+66) 166,126 p., 8. Liisa Niva OAK (-08/54,15) 115 kg (50+65) 166,511 p., 9. Satu Niemelä APW (-68/54,3) 110 kg (48+62) 158,959 p., Johanna Husa-Russell OAK (-72/54,7) – (58 N50SE+-) **59 kg:** 1. Saara Retulainen TAK (-93/58,75) 196 kg (88+108) 268,442 p., 2. Laura Liukkonen Herakles (-91/58,4) 174 kg (75+99) 239,247 p., 3. Siri Sytelä AU (-00/57,7) 173 kg N23SE (78 N23SE+95 N23SE) 239,78 p., 4. Iita Kononen ÄH (-06/58,2) 159 kg N17SE (73 N17SE+86 N17SE) 219,117 p., 5. Niina Laine TP (-82/57,95) 157 kg N40SE(69 N40SE+88 N40SE) 216,979 p., 6. Hanna Kunelius LoLif (-88/57,85) 157 kg (68+89) 217,228 p., 7. Ronja Leppiaho RoRe (-00/58,15) 156 kg (72+84) 215,105 p., 8. Vilma Väisänen EWA (-02/58,0) 155 kg (71+84) 214,092 p., 9. Titta Sillman Herakles (-77/58,85) 141 kg N45SE (63 N45SE+78 N45SE) 192,899 p., 10. Heidi Kupari LPN (-99/58,6) 135 kg (62+73) 185,206 p., 11. Mona Herva OAK (-06/59,0) 126 kg (55+71) 172,092 p. Julia Tiainen OAK (-00/58,9) – (55+-), Jenni Puoliväli-Oksala KJ (-90/58,95) – (-+0). **64 kg:** 1. Marianne Saarhelo Herakles (-94/62,6) 191 kg (82+109) 251,297 p., 2. Jannike Bäckström RoRe (-03/63,5) 182 kg (80+102) 237,392 p., 3. Ilona Teittinen Herakles (-01/63,05) 175 kg (75+100) 229,244 p., 4. Henna Pöyhönen LPN (-96/63,4) 165 kg (71+94) 215,422 p., 5. Tytti Parjanen RauLi (-85/63,45) 164 kg

(71+93) 214,015 p., 6. Kaisa Rautio OAK (-07/63,7) 156 kg (69+87) 203,095 p., 7. Elli-Noora Nevalainen EWA (-98/63,2) 152 kg (69+83) 198,828 p., 8. Wilma Kangasluoma TAK (-98/63,5) 151 kg (70+81) 196,957 p., 9. Vilma Rättyä RK (-06/62,9) 143 kg (63+80) 187,596 p., 10. Sanni Takkunen RoRe (-02/63,35) 142 kg (62+80) 185,482 p., 11. Tuula Holappa TP (-78/63,35) 140 kg (60+80) 182,87 p., 12. Saana Hänninen OP (-04/63,4) 138 kg (60+78) 180,171 p.,13. Anniina Mäkelä AU (-93/63,55) 136 kg (58+78) 177,308 p., 14. Eveliina Laitinen JoPuPo (-02/63,55) 134 kg (60+74) 174,701 p., 15. Jutta-Emilia Lohi APW (-96/62,45) 132 kg (56+76) 173,926 p. Nina Sotkasiira RoRe (-88/63,4) – (60+-). **71 kg:** 1. Aino Luostarinen OAK (-03/68,8) 199 kg (89+110) 247,891 p., 2. Janette Ylisoini Bodonos (-06/68,4) 193 kg (87+106) 241,188 p., 3. Nita Viiri Herakles (-93/67,9) 190 kg (87+103) 238,404 p., 4. Reeta-Mari Loukusa RoRe (-91/67,35) 172 kg (79+93) 216,801 p., 5. Terhi Lumme Herakles (-85/70,35) 164 kg N35SE (73 N35SE+91 N35SE) 201,853 p., 6. Gerta Jürgenson RK (-06/66,8) 161 kg (75+86) 203,877 p., 7. Aino Isometsä Herakles (-95/69,65) 156 kg (73+83) 193,036 p., 8. Tiia Ojakoski PuKa (-90/70,4) 155 kg (71+84) 190,703 p., 9. Liisa Rannikko TAK (-96/70,35) 153 kg (68+85) 188,314 p., 10. Nina Jämsä Atomi (-88/69,9) 147 kg (62+85) 181,55 p. Nelli Nurmi TAK (-93/68,95) – (-+0), Pihla Säynäjäkangas TP (-96/65,5) – (-+-). **76 kg:** 1. Jutta Selin TP (-99/74,8) 196 kg (86+110) 233,798 p., 2. Jenni Immonen APW (-03/74,8) 167 kg (77+90) 199,205 p., 3. Marla Sinisaari RoRe (-05/73,1) 150 kg (68+82) 180,986 p. **81 kg:** 1. Meri Ilmarinen LoLif (-91/79,9) 212 kg (93+119) 245,205 p., 2. Suvi Helin TP (-85/79,45) 171 kg (75+96) 198,283 p., 3. Sofia Rönkkö RoRe (-99/76,05) 167 kg (70+97) 197,613 p., 4. Erika Takala LoLif (-95/78,15) 166 kg (74+92) 193,934 p., 5. Noora Mäkynen SeiSi (-94/79,25) 160 kg (67+93) 185,739 p. **87 kg:** 1. Enni Eeronheimo TAK (-89/83,8) 181 kg (78+103) 205,115 p., 2. Sanni Pietarinen JoPuPo (-00/82,45) 166 kg (79+87) 189,398 p., 3. Sara Tervonen OAK (-98/81,9) 164 kg (65+99) 187,65 p. **+87 kg:** 1. Aleksandra Buhtin Atomi (-93/94,5) 176 kg (76+100) 190,736 p., 2. Anni Rastas TP (-94/96,4) 164 kg (71+93) 176,589 p., 3. Rebekka Roukala RK (-96/95,25) 162 kg (70+92) 175,109 p., 4. Tytti Kuusinen PorPa (-93/93,1) 160 kg (65+95) 174,268 p.

Miehet: 61 kg: Taneli Ollila OP (-00/60,95) – (-+0). **73 kg:** 1. Timo Sihvo TP (-93/72,7) 237 kg (105+132) 305,431 p., 2. Joel Holappa TP (-99/72,85) 232 kg (101+131) 298,634 p., Jere Silanne TP (-96/72,7) – (90+-). **81 kg:** 1. Jonathan Räsänen LPN (-94/80,8) 269 kg (120+149) 327,41 p., 2. Klaus Eloranta TAK (-93/80,25) 268 kg (123+145) 327,329 p., 3. Mikael Kouhia TP (-95/80,5) 268 kg (122+146) 326,81 p., 4. Kristian Laapotti TP (-92/80,4) 263 kg (118+145) 320,916 p., 5. Juho Tapio OAK (-91/81,0) 238 kg (107+131) 289,317 p., Iiro Hartikainen JoPuPo (-78/80,9) – (112+-), Marko Kupiainen LPN (-74/80,55) – (-+0). **89 kg:** 1. Juuso Hartikainen JoPuPo (-02/87,0) 279 kg (121+158) 327,682 p. **96 kg:** 1. Antti Peltokangas RoRe (-95/91,95) 305 kg (130+175) 349,596 p., 2. Aleksi Schöning Herakles (-99/95,75) 280 kg (128+152) 315,669 p., 3. Mika Palomäki KPK (-82/95,4) 270 kg M40SE (120 M40SE+150 M40SE) 304,838 p., 4. Sakari Pietarinen JoPuPo (-03/93,2) 266 kg (121+145) 303,178 p., Joonas Hasu KuKisa (-99/94,9) – (115+-), Joni Järvinen APW (-96/95,9) – (110+-), Konsta Suoniemi OAK (-04/90,2) – (-+150), Iiro-Mikko Karvinen ViPa (-89/94,25) – (-+0). **102 kg:** 1. Roni Peltonen TP (-98/101,75) 312 kg (140+172) 343,8 p., 2. Rebin-Kardo Rezazadeh RoRe (-95/101,65) 302 kg (129+173) 332,897 p., 3. Matias Wiena APW (-94/100,45) 276 kg (127+149) 305,543 p., 4. Ville Iisakkila TP (-89/101,05) 272 kg (117+155) 300,465 p., 5. Aapo Ylä-Autio TP (-96/101,8) 270 kg (115+155) 297,467 p., 6. Oliver Svartberg TAK (-99/97,25) 265 kg (125+140) 296,949 p. **109 kg:** 1. Hannes Keskitalo OAK (-96/108,45) 355 SE (155 SE+200) 382,909 p., 2. Jani Heikkinen KJ (-94/103,65) 300 kg (135+165) 328,443 p., 3. Jukka Ylisoini RoRe (-03/108,75) 280 kg (122+158) 301,751 p. **+109 kg:** 1. Matias Tuovinen Atomi (-01/134,65) 315 kg (141+174) 322,308 p., 2. Hanno Keskitalo OAK (-03/126,45) 305 kg (145+160) 315,895 p.

Seurojen pisteet: 1. TP 168, 2. RoRe 123, 3. OAK 116, 4. Herakles 79, 5. TAK 61, 6. APW 58.

MASTERS SM-KILPAILUT JYVÄSKYLÄ 22.–24.4.2022

N65: Sarja 55 kg: 1. Assi Koivisto-Allonen PorPa (-57/53,3) 74 kg (32+42) 108,365 p. **Sarja 59 kg:** 1. Maija-Riitta Sankamo KuKisa (-56/55,5) 70 kg N65SE (30 N65SE+40 N65SE) 99,619 p. **Sarja 71 kg:** 1. Teija Kortelainen JoPuPo (-53/66,7) 97 kg (44+53) 122,937 p.

N60: Sarja 59 kg: 1. Kirsi Pitkänen TP (-58/59,00) 73 kg N60SE (33 N60SE+40) 99,704 p.

N55: Sarja 55 kg: 1. Rauni Juntunen APW (-66/53,5) 60 kg (25+35 N55SE) 87,627 p. **Sarja 64 kg:** 1. Barbara Lybeck PorPa (-66/63,1) 83 kg (33+50) 108,675 p. **Sarja 76 kg:** 1. Carola Sevelius PorPa (-63/73,05) 65 kg (28+37) 78,454 p. **Sarja 81 kg:** 1. Hannele Korhonen PuKa (-67/78,35) 111 kg N55SE (44 N55SE+67 N55SE) 129,527 p., 2. Satu Takala PorPa (-66/80,15) 95 kg (40+55) 109,727 p. **Sarja +87 kg:** 1. Lea Pirttilä OAK (-65/109,25) 105 kg (47+58) 109,24 p.

N50: Sarja 55 kg: 1. Satu Niemelä APW (-68/53,25) 117 kg (52+65) 171,45 p., 2. Virve Leikola PorPa (-72/53,65) 101 kg (43+58) 147,21 p. **Sarja 59 kg:** 1. Tuula Lahtinen VPNK (-72/57,3) 110 kg (50+60) 153,172 p. **Sarja 64 kg:** 1. Nina Uurtamo 8000Urh (-70/59,85) 103 kg (44+59) 139,383 p. **Sarja 71 kg:** 1. Arja Lohi RoRe (-68/66,55) 82 kg (36+46) 104,059 p., 2. Jaana Jurvansuu APW (-68/67,1) 62 kg (27+35) 78,313 p., Petra Joutsen RaPa (-72/67,3) – (-+0). **Sarja 76 kg:** 1. Eija Selkälä OAK (-72/73,5) 131 kg (55 N50SE+76) 157,627 p. **Sarja 81 kg:** 1. Tuula Lybeck PorPa (-70/79,4) 76 kg (31+45) 88,151 p., 2. Leena Lindholm KPS (-68/77,5) 62 kg (25+37) 72,714 p. **Sarja 87 kg:** 1. Anne-Maria Kumpula KJ (-69/85,9) 92 kg (40+52) 103,22 p. **Sarja +87 kg:** 1. Pirjo Saukkonen LepU (-68/102,0) 79 kg (32+47) 83,644 p.

N45: Sarja 55 kg: 1. Laura Majander LPN (-74/54,95) 133 kg (59+74) 190,593 p. **Sarja 64 kg:** 1. Titta Sillman Herakles (-77/61,3) 140 kg (64+76) 186,602 p., 2. Annukka Salpakoski KelVi (-77/62,25) 109 kg (48+61) 143,904 p., 3. Minna Grönberg JäTe (-73/61,35) 93 kg (40+53) 123,894 p., 4. Hanna-Kaisa Tossavainen SaWo (-75/59,95) 80 kg (33+47) 108,143 p. **Sarja 71 kg:** 1. Niina Saarman-Bartholdi Herakles (-77/70,0) 141 kg (61+80) 174,006 p., 2. Miia Tiihonen SaWo (-76/70,15) 135 kg (60+75) 166,411 p., 3. Jenni Roberts 8000Urh (-77/65,15) 110 kg (50+60) 141,314 p., 4. Maija Ijäs PorPa (-74/69,35) 94 kg (39+55) 116,588 p. **Sarja 76 kg:** 1. Jaana Alastalo KuKisa (-73/73,05) 97 kg (46+51) 117,078 p. **Sarja 81 kg:** 1. Jaana Koski TAK (-76/79,8) 138 kg N45SE (59 N45SE+79) 159,704 p. **Sarja 87 kg:** 1. Kaisa Ristolainen LiU (-77/84,25) 136 kg (61 N45SE+75) 153,781 p. **Sarja +87 kg:** 1. Mari Paananen ÄH (-76/96,5) 108 kg (48+60) 116,252 p.

N40: Sarja 49 kg: 1. Tea Grönman TP (-82/48,6) 100 kg (45+55) 156,965 p., 2. Anne Isokangas APW (-82/46,38) 97 kg (44+53) 158,054 p. **Sarja 59 kg:** 1. Anna-Leena Weckman LEL (-80/57,78) 131 kg (55+76) 181,4 p. **Sarja 64 kg:** 1. Pauliina Rauhamäki VPNK (-80/62,42) 99 kg (46+53) 130,483 p. **Sarja 71 kg:** 1. Riina Saksa LoLif (-80/68,78) 170 kg (75+95) 211,8 p., 2. Eija Mustasaari RK (-78/66,37) 130 kg (55+75) 165,227 p., 3. Anu Sauhke LoLif (-80/67,78) 114 kg (48+66) 143,183 p. **Sarja 76 kg:** 1. Anni Jääskeläinen PorPa (-79/74,72) 138 kg (62+76) 164,699 p.,2. Ulla Merjamo Herakles (-78/74,23) 138 kg (62+76) 165,234 p. **Sarja 81 kg:** 1. Hanna-Leena Siiskonen KiurU (-78/76,9) 124 kg (55+69) 145,958 p., 2. Anne-Maarit Puranen PorPa (-82/79,1) 105 kg (45+60) 121,995 p. **Sarja 87 kg:** 1. Tiina-Mari Orava KPK (-80/84,8) 109 kg (46+63) 122,925 p. **Sarja +87 kg:** 1. Annika Karhu TAK (-80/87,48) 118 kg

(48+70 N40SE) 131,454 p., 2. Auni Somero TAK (-81/90,73) 101 kg (41+60) 111,003 p.

N35: Sarja 49 kg: 1. Elli Mustonen JoPuPo (-85/48,7) 120 kg (54+66) 188,056 p., 2. Sadia Noor-E APW (-86/49,0) 115 kg (47+68) 179,359 p. **Sarja 55 kg:** 1. Sari-Anna Salonen RauLi (-84/54,15) 119 kg (52+67) 172,302 p. **Sarja 59 kg:** 1. Laura Partanen JäTe (-84/58,55) 125 kg (55+70) 171,583 p., 2. Miia Lantto OAK (-84/58,45) 121 kg (53+68) 166,279 p., 3. Jenna Lintu MGR (-87/58,55) 100 kg (43+57) 137,267 p. **Sarja 64 kg:** 1. Jonna Surakka JäTe (-85/63,6) 138 kg (58+80) 179,83 p., 2. Jenni Junttila PiePK (-83/63,2) 132 kg (60+72) 172,667 p., 3. Sari Anttila PorPa (-84/61,05) 108 kg (48+60) 144,319 p., Päivi Lampen KPK (-85/62,15) – (-+0) **Sarja 71 kg:** 1. Liisa Vuori LEL (-83/68,68) 155 kg (69+86) 193,266 p., 2. Marika Simola JäTe (-85/68,49) 140 kg (65+75) 174,828 p. **Sarja 76 kg:** 1. Anni Aarni 8000Urh (-85/75,64) 137 kg (57+80) 162,535 p., 2. Nina Kangasniemi PorPa (-86/74,0) 122 kg (53+69) 146,302 p., 3. Katariina Hankimo KelVi (-83/72,19) 116 kg (54+62) 140,859 p. **Sarja 81 kg:** 1. Satu Töykkälä TAK (-83/79,22) 158 kg (68+90) 183,448 p., 2. Heli Mikkonen YlöjRy (-86/79,42) 102 kg (42+60) 118,294 p. **Sarja 87 kg:** 1. Ulla Ahola KuKisa (-84/84,02) 137 kg (60+77) 155,085 p., 2. Mari Palin KJ (-87/84,2) 107 kg (46+61) 121,019 p., 3. Maarit Mäntymaa ÄH (-84/81,28) 97 kg (40+57) 111,352 p. **Sarja +87 kg:** 1. Jonna Liius KJ (-85/132,15) 121 kg (56+65) 121,94 p.

M80: Sarja 73 kg: 1. Juhani Oikarinen KelVi (-38/70,15) 88 kg (38+50) 115,812 p., 2. Pertti Rossi KonnU (-42/71,15) 58 kg (28+30) 75,691 p. **Sarja 81 kg:** 1. Pekka Salo RiKi (-41/78,95) 81 kg M80SE (35+46 M80SE) 99,769 p.

M75: Sarja 73 kg: 1. Timo Koivunen PieVo (-47/71,65) 120 kg (57+63) 155,96 p. **Sarja 81 kg:** 1. Heikki Niemelä KJ (-47/78,0) 110 kg (50 M75SE+60) 136,354 p. **Sarja 89 kg:** 1. Taisto Purola KPK (-44/82,9) 91 kg (37+54) 109,353 p., 2. Markku Liimatainen Bodonos (-46/85,55) 90 kg (40+50) 106,531 p. **Sarja 96 kg:** 1. Aimo Varis KonnU (-46/92,2) 120 kg (50+70) 137,389 p., 2. Raimo Helin TP (-46/90,25) 87 kg (37+50) 100,521 p., 3. Reima Mäkinen TAK (-45/89,75) 83 kg (35+48) 96,132 p.

M70: Sarja 67 kg: 1. Matti Törmä SumKu (-51/67,0) 116 kg (45+71) 157,029 p. **Sarja 73 kg:** 1. Lasse Törmikoski OP (-49/72,85) 118 kg (58+60) 151,891 p. **Sarja 81 kg:** 1. Kari Tarkiainen PieVo (-51/78,95) 136 kg (60+76) 167,514 p., 2. Pauli Vehmasto PaPu (-52/78,2) 130 kg (55+75) 160,928 p. **Sarja 89 kg:** 1. Arto Rainio Bodonos (-52/87,35) 142 kg (60+82) 166,471 p., 2. Markku Walamies Atomi (-52/84,9) 110 kg (47+63) 130,674 p. Jouko Sutinen HauSi (-49/87,5) – (55+-). **Sarja 96 kg:** 1. Seppo Sarkki TAK (-49/89,4) 104 kg (47+57) 120,62 p. **Sarja 109 kg:** 1. Olavi Simi RK (-51/107,9) 116 kg M70SE (50+66) 125,321 p. **Sarja +109 kg:** 1. Matti Krekola KaKa (-48/115,8) 130 kg (55+75) 137,552 p.

M65: Sarja 61 kg: 1. Kalervo Nuutinen KuKisa (-56/60,99) 104 kg (45+59) 149,789 p., 2. Lasse Armilo VaKi (-55/57,3) 102 kg (44+58) 153,571 p. **Sarja 73 kg:** 1. Raimo Hokkanen TAK (-54/72,34) 123 kg (53+70) 158,97 p. **Sarja 81 kg:** 1. Harri Viitasalo RiKi (-56/80,16) 147 kg (62+85) 179,645 p., 2. Heikki Kauhanen ViPa (-57/80,06) 145 kg (62+83) 177,314 p., 3. Jyri Hannu Ikonen 8000Urh (-57/79,51) 135 kg (58+77) 165,673 p., 4. Juha Niemi KJ (-57/79,62) 132 kg (58+74) 161,876 p., Tuomo Ryynänen KiurU (-54/78,15) – (42+-) **Sarja 89 kg:** 1. Raino Pyykönen KajKu (-55/87,85) 173 kg (72+101) 202,289 p., 2. Heikki Valli KPK (-57/87,85) 160 kg (70+90) 187,088 p., 3. Ilpo Minkkinen LPN (-53/87,91) 145 kg (65+80) 169,496 p., 4. Mikko Kosonen PorPa (-57/81,4) 132 kg (57+75) 160,064 p., 5. Kari Varis KonnU (-53/88,16) 120 kg (50+70) 140,093 p., 6. Pekka Torvi RK (-56/86,38) 101 kg (50+51) 119,015 p. **Sarja 96 kg:** 1. Veijo Mäntymäki Atomi (-57/89,53) 163 kg (69+94) 188,993 p., 2. Endel Põldsalu Herakles (-55/91,05) 160 kg (68+92) 184,164 p. **Sarja 102 kg:** 1. Pekka Uimonen Bodonos (-56/100,6) 110 kg (45+65) 121,708 p. **Sarja 109 kg:** 1. Erkki Laine HauSi (-53/103,22) 151 kg (71 M65SE+80) 165,554 p. **Sarja +109 kg:** 1. Sakari Heikkilä RK (-57/112,07) 153 kg (58+95 M65SE) 163,391 p., 2. Heikki Kasanen Bodonos (-55/112,93) 115 kg (50+65) 122,538 p.

M60: Sarja 73 kg: 1. Hannu Samppala KaKa (-60/71,49) 139 kg (64+75) 180,891 p., Hannu Karhula LoVe (-59/72,41) – (48+-). **Sarja 81 kg:** 1. Ari Pekka Hyyppä KelVi (-60/80,67) 153 kg (73+80) 186,374 p., 2. Kalevi Tikkanen KiurU (-58/79,76) 145 kg (65+80) 177,657 p. **Sarja 89 kg:** 1. Teuvo Tepsa RoRe (-60/83,12) 170 kg (70+100) 204,02 p., 2. Tapio Vuolinko HauSi (-62/87,92) 149 kg (67+82) 174,163 p., 3. Jorma Manninen PieVo (-59/84,08) 139 kg (63+76) 165,891 p., Jari Saastamoinen KelVi (-58/88,59) – (-+). **Sarja 96 kg:** 1. Jarmo Matilainen MiVo (-60/90,93) 142 kg (55+87) 163,538 p., 2. Martti Pesu OP (-58/93,25) 140 kg (65+75) 159,532 p., 3. Tuomo Heinonen PaPu (-59/93,02) 120 kg (50+70) 136,882 p. **Sarja 102 kg:** 1. Timo Kohtamäki HPV (-62/101,38) 190 kg (90 M60SE+100) 209,638 p. **Sarja 109 kg:** 1. Arto Seppälä RK (-62/107,4) 188 kg M60SE (80 M60SE+108 M60SE) 203,407 p. **Sarja +109 kg:** 1. Arto Savonen LoLif (-60/129,65) 200 kg M60SE (87 M60SE+113 M60SE) 206,081 p., 2. Timo Pietilä RaPa (-61/117,46) 155 kg (60+95) 163,382 p., 3. Pekka Malmberg NuVo (-61/122,6) 135 kg (50+85) 140,795 p.

M55: Sarja 73 kg: 1. Ismo Hietanen HeTa (-63/72,42) 139 kg (57+82) 179,534 p. **Sarja 81 kg:** 1. Jyrki Muttilainen Herakles (-66/79,89) 163 kg (70+93) 199,543 p., 2. Jari Yliverronen PuKa (-63/78,59) 162 kg (71+91) 200,016 p., 3. Jouni Bergdahl HWJ (-67/80,72) 158 kg (70+88) 192,404 p., 4. Olavi Nihtinen IJ (-66/77,72) 124 kg (52+72) 154,002 p., 5. Ari Mäkelä PorPa (-65/79,77) 105 kg (55+50) 128,64 p. **Sarja 89 kg:** 1. Jorma Jokela LoVe (-64/88,83) 175 kg (75+100) 203,612 p., 2. Tapio Tihtonen 8000Urh (-63/84,5) 149 kg (64+85) 177,402 p., 3. Timo Laaksonen RauLi (-65/83,5) 137 kg (57+80) 164,052 p., 4. Jyrki Romu PorPa (-65/83,65) 112 kg (50+62) 133,999 p. **Sarja 96 kg:** 1. Ahti Romakkaniemi RoRe (-66/93,39) 175 kg (75+100) 199,292 p., 2. Olli Honkela RoRe (-66/93,07) 140 kg (60+80) 159,66 p., 3. Tommi Rytkönen PorPa (-67/91,5) 113 kg (48+65) 129,792 p., 4. Eero Mikkola PorPa (-64/94,72) 91 kg (41+50) 103,036 p. **Sarja 102 kg:** 1. Jari Hirvonen LoLif (-63/101,28) 211 kg (101+110) 232,891 p. **Sarja 109 kg:** 1. Timo Lehtimäki LeKi (-66/106,53) 143 kg (63+80) 155,127 p. **Sarja +109 kg:** 1. Tatu Karhu TAK (-67/110,23) 167 kg (72+95) 179,225 p., Mika Hirvonen Herakles (-63/121,23) – (60+-).

M50: Sarja 73 kg: 1. Harri Norberg OAK (-71/72,7) 178 kg (81+97) 229,396 p., 2. Harri Harju RK (-70/72,1) 133 kg (58+75) 172,226 p. **Sarja 81 kg:** 1. Marko Päivähonka HWJ (-71/79,7) 197 kg (87+110) 241,462 p., 2. Hamid Waisi TAK (-69/79,0) 175 kg (80+95) 215,48 p., 3. Heikki Leikola PorPa (-69/80,5) 165 kg (70+95) 201,207 p., 4. Mika Paananen RK (-71/79,6) 156 kg (71+85) 191,332 p. **Sarja 89 kg:** 1. Jarkko Takala KuKisa (-72/85,95) 215 kg M50SE (95+120 M50SE) 253,936 p., 2. Tero Tiensuu TaSi (-71/88,15) 191 kg (82+109) 222,993 p., 3. Mika Lappalainen JoPuPo (-72/82,92) 170 kg (70+100) 204,261 p., 4. Petri-Olavi Sillanpää NuVo (-70/88,5) 150 kg (65+85) 174,815 p., 5. Matti Korte HeTa (-71/86,25) 115 kg (50+65) 135,606 p. **Sarja 96 kg:** 1. Jouni Lohi RoRe (-68/91,85) 187 kg (80+107) 214,441 p., 2. Vesa Menlös YlöjRy (-69/92,95) 154 kg (68+86) 175,72 p., 3. Petteri Lappalainen Herakles (-69/93,8) 151 kg (63+88) 171,651 p., 4. Janne Kaisto TiKa (-69/91,5) 150 kg (70+80) 172,29 p., 5. Ilpo Rinne KuKisa (-68/92,6) 144 kg (63+81) 164,568 p. **Sarja 102 kg:** 1. Keijo Rättyä RK (-68/99,6) 220 kg (95+125) 244,31 p., Jouni Simonen OAK (-72/97,5) – (-+0). **Sarja 109 kg:** 1. Markku Inkeroinen KuKisa (-72/106,9) 160 kg (65+95) 173,373 p., 2. Pasi Mallat TKMTKJ (-70/107,0) 153 kg (63+90) 165,738 p. **Sarja +109 kg:** 1. Juha Vähäkoski YlöjRy (-72/126,8) 202 kg (90+112) 209,093 p.

M45: Sarja 67 kg: 1. John-Henrik Spåre 8000Urh (-73/64,67)

140 kg (62+78) 193,864 p., 2. Simo Paavola LoVe (-76/65,11) 124 kg (52+72) 170,953 p. **Sarja 73 kg:** 1. Kimmo Herranen PorPa (-73/70,18) 147 kg (67+80) 193,41 p., 2. Timo Kraufvelin LMU (-74/71,28) 122 kg (50+72) 159,042 p. **Sarja 81 kg:** 1. Petri Pahtakari OAK (-74/77,39) 132 kg (58+74) 164,31 p., 2. Heikki Kivilaakso PorPa (-77/75,94) 131 kg (60+71) 164,743 p. **Sarja 89 kg:** 1. Marko Kupiainen LPN (-74/86,48) 235 kg M45SE (100 M45SE+135 M45SE) 276,767 p., 2. Ilpo Viitala ViPa (-77/88,72) 211 kg (95+116) 245,633 p., 3. Jani Pihlajamäki KPK (-75/84,6) 206 kg (93+113) 245,129 p., 4. Ari Aspbäck KPK (-77/85,17) 155 kg (70+85) 183,855 p. **Sarja 96 kg:** 1. Jari Ahtiainen TP (-74/90,95) 193 kg (85+108) 222,252 p., 2. Kalle Luoma KelVi (-75/95,55) 175 kg (75+100) 197,457 p., 3. Tommi Honkala Herakles (-76/92,06) 167 kg (70+97) 191,322 p., 4. Tuomo Loukomies PorPa (-76/94,74) 166 kg (73+93) 187,941 p. **Sarja 102 kg:** 1. Marko Kähkönen KajKu (-74/101,46) 205 kg (95+110) 226,125 p., 2. Jyri Ruutu OAK (-75/101,08) 190 kg (86+104) 209,862 p., 3. Mikko Siljamäki VaKi (-73/101,57) 184 kg (78+106) 202,882 p., 4. Tuomo Suihkonen Bodonos (-74/97,45) 156 kg (73+83) 174,67 p. **Sarja 109 kg:** 1. Pietari Huhtamäki YlöjRy (-74/108,0) 220 kg (100+120) 237,607 p., 2. Ville Oura TKMTKJ (-76/105,92) 200 kg (92+108) 217,37 p. **Sarja +109 kg:** 1. Tomi Nissinen ViPa (-75/137,85) 225 kg (92+133) 229,327 p., 2. Riku Ruoti 8000Urh (-76/115,22) 206 kg (90+116) 218,266 p., 3. Rami Jokinen LeKi (-76/115,93) 205 kg (92+113) 216,842 p., 4. Sami Hyökki Bodonos (-74/116,13) 188 kg (77+111) 198,768 p., 5. Sameli Lähdesmäki PorPa (-74/150,52) 180 kg (80+100) 181,392 p.

M40: Sarja 61 kg: 1. Arto Lähdekorpi PaPu (-82/60,8) 150 kg (70 M40SE+80 M40SE) 216,509 p. **Sarja 67 kg:** 1. Mika Laitinen YlöjRy (-80/66,7) 142 kg (65 M40SE+77) 192,77 p., 2. Mauno Andersson LoVe (-82/65,6) 128 kg (57+71) 175,616 p., 3. Juhani Portti OAK (-78/66,65) 115 kg (51+64) 156,191 p. **Sarja 73 kg:** 1. Miiro Kuusikko PaPu (-80/71,05) 196 kg M40SE (90 M40SE+106) 255,997 p., 2. Mikko-Pekka Forsell LoVe (-78/72,85) 190 kg (80+110 M40SE) 244,571 p., 3. Juha Sorvala OP (-79/72,15) 176 kg (81+95) 227,816 p., 4. Juho Mitrunen Herakles (-82/71,3) 176 kg (77+99) 229,4 p., 5. Jarkko Vienola OAK (-82/72,7) 158 kg (70+88) 203,621 p., 6. Juho Vaarala OAK (-81/71,65) 155 kg (70+85) 201,448 p., 7. Tuomas Inkala KuKisa (-80/71,4) 146 kg (71+75) 190,141 p., Lars Carlsson 8000Urh (-79/72,05) – (75+-). **Sarja 81 kg:** 1. Kari Isokivijärvi 8000Urh (-82/78,85) 205 kg (93+112) 252,67 p., 2. Pasi Vierelä RoRe (-79/79,6) 199 kg (87+112) 244,071 p., 3. Tapio Nykänen OAK (-79/80,5) 190 kg (81+109) 231,693 p., 4. Antti Luomaranta KPK (-81/80,25) 189 kg (83+106) 230,84 p., 5. Mika Gröhn OAK (-82/80,65) 180 kg (80+100) 219,291 p., 6. Kari Luojus HeTa (-78/78,5) 170 kg (70+100) 210,02 p., 7. Marko Höyhtyä OP (-79/79,15) 163 kg (70+93) 200,506 p. **Sarja 89 kg:** 1. Tero Kotilainen TKMTKJ (-82/87,9) 226 kg (100+126) 264,194 p., 2. Jari Rautiainen KuKisa (-79/82,75) 190 kg (85+105) 228,521 p., 3. Tuomas Hämäläinen LeKi (-82/87,45) 154 kg (66+88) 180,445 p., Michal Szydlowski LMU (-80/87,6) – (64+-) **Sarja 96 kg:** 1. Mika Palomäki KPK (-82/95,45) 272 kg M40SE (121 M40SE+151 M40SE) 307,032 p., 2. Hannu Nieminen TKMTKJ (-82/93,8) 218 kg (98+120) 247,815 p., 3. Mika Kallioinen LeKi (-79/94,1) 207 kg (87+120) 235,004 p. **Sarja 102 kg:** 1. Kimmo Ulvas OAK (-80/100,93) 271 kg (116+155) 299,489 p., 2. Hannu Niemi KJ (-82/99,53) 195 kg (90+105) 216,604 p., 3. Antti Onkamo KelVi (-78/100,02) 188 kg (83+105) 208,45 p. **Sarja 109 kg:** 1. Joonas Selenius IJ (-82/105,25) 203 kg (90+113) 221,095 p., 2. Kimmo Koskinen LoLif (-79/103,87) 177 kg (74+103) 193,64 p., 3. Krister Moilanen OAK (-79/107,13) 131 kg (56+75) 141,851 p. **Sarja +109 kg:** 1. Mikko Lagerkrans Herakles (-79/110,84) 265 kg M40SE (115 M40SE+150 M40SE) 283,925 p., 2. Juha-Matti Kantola HeTa (-81/127,37) 232 kg (100+132) 239,919 p., 3. Mikko Vilen KelVi (-82/113,1) 218 kg (95+123) 232,188 p., 4. Tomi Palomäki KPK (-80/130,45) 193 kg (70+123) 198,629 p., 5. Sami Leppänen PaU (-78/144,65) 180 kg (80+100) 182,211 p.

M35: Sarja 67 kg: 1. Jyri Lavikainen PorPa (-87/66,39) 159 kg M35SE (71 M35SE+88 M35SE) 216,486 p., 2. Janne Kulju KJ (-84/66,28) 106 kg (45+61) 144,476 p. **Sarja 73 kg:** 1. Antti Ahola KuKisa (-85/71,55) 196 kg (86+110) 254,943 p., 2. Petteri Heinonen PaPu (-86/72,85) 180 kg (80+100) 231,698 p. **Sarja 81 kg:** 1. Anders Witting APW (-83/80,28) 207 kg (94+113) 252,776 p. **Sarja 89 kg:** 1. Paavo Timonen HWJ (-84/83,36) 203 kg (90+113) 243,282 p., 2. Sami Honkonen PorPa (-83/81,71) 202 kg (91+111) 244,481 p., 3. Janne-Pekka Silvennoinen OP (-85/88,41) 184 kg (88+96) 214,537 p. **Sarja 96 kg:** 1. Teemu Ylärakkola KuKisa (-83/94,4) 245 kg (115+130) 277,785 p., 2. Antti Hyvärinen Ryhti (-84/94,45) 221 kg (106+115) 250,52 p., 3. Joonas Lönn LPN (-86/92,88) 175 kg (80+95) 199,744 p. **Sarja 102 kg:** 1. Jyri Lindén PorPa (-86/97,84) 233 kg (98+135) 260,486 p., 2. Lauri Karppinen SaWo (-87/99,68) 220 kg (100+120) 244,238 p. **Sarja 109 kg:** 1. Iiro Salomäki LEL (-85/106,15) 218 kg (90+128) 236,764 p. **Sarja +109 kg:** 1. Antti-Pekka Lantto OAK (-84/118,01) 212 kg (92+120) 223,192 p., 2. Henri Rauniolahti YlöjRy (-84/117,64) 211 kg (92+119) 222,321 p., 3. Jens Löfbacka RK (-87/113,41) 204 kg (88+116) 217,107 p.

Seurapisteet: 1. PorPa 117, 2. OAK 69, 3. KuKiSa 63, 4. TAK 56, 5. Herakles 49, 6. RK 46.

20-VUOTIAIDEN MM-KILPAILUT IRAKLION, KREIKKA 2.–10.5.2022

Naiset: Sarja 64 kg: 9. Jannike Bäckström FIN RoRe (-03/63,15) 186 kg (83+103) 243,42 p. **Sarja 71 kg:** 10. Aino Luostarinen OAK FIN (-03/64,80) 203 kg (88+115) 261,613 p., Janette Ylisoini Bodonos FIN (-06/70,10) – (-+112).

Kaikki tulokset: https://iwf.sport/results/results-by-events/?event_id=529

15- JA 17-VUOTIAIDEN SM-KILPAILUT KALAJOKI 21.–22.5.2022

15-vuotiaat tytöt: Sarja 40 kg: 1. Sara Mäntykenttä OAK (-09/39,1) 57 kg (25+32) 107,812 p. **Sarja 45 kg:** 1. Tessa Pajunpää LoVe (-07/42,6) 85 kg (36+49) 148,805 p., 2. Pinja Eskelinen OAK (-09/41,05) 84 kg (35+49) 151,962 p., 3. Veera Lindgren PuKa (-08/41,25) 73 kg (35+38) 131,488 p., 4. Kerttu Uschanoff TaSi (-09/44,8) 50 kg (22+28) 83,84 p. **Sarja 49 kg:** 1. Stina Vaara OAK (-09/48,95) 93 kg (41+52) 145,162 p., 2. Veera-Matilda Cederlöf NuVo (-07/47,9) 74 kg (32+42) 117,491 p. **Sarja 55 kg:** 1. Helka Känkänen PuKa (-08/53,15) 105 kg (49+56) 154,074 p., 2. Alexa Vainio PuKa (-08/50,3) 83 kg (37+46) 126,87 p., 3. Pinja Haapakoski RoRe (-07/53,3) 81 kg (35+46) 118,616 p. **Sarja 59 kg:** 1. Essi Närvä Pyry (-09/59,0) 85 kg (40+45) 116,094 p., 2. Justiina Alminoja PuKa (-09/55,3) 77 kg (31+46) 109,856 p. **Sarja 64 kg:** 1. Kaisa Rautio OAK (-07/63,15) 154 kg (68+86) 201,541 p., 2. Sara Lindén PuKa (-08/62,3) 129 kg (59+70) 170,224 p., 3. Miina Valtonen TAK (-07/62,65) 106 kg (50+56) 139,395 p., 4. Rauha Rajainmäki PuKa (-08/63,05) 98 kg (38+60) 128,377 p. **Sarja 71 kg:** 1. Minni Hormavirta LoLif (-08/67,55) 166 kg (71+95) 208,891 p., 2. Minea Kumlander TAK (-07/65,1) 120 kg (50+70) 154,23 p., 3. Helmi Koikkalainen LeKi (-07/69,0) 96 kg (41+55) 119,396 p. **Sarja 76 kg:** 1. Iina Heikkilä LPN (-07/72,15) 134 kg T15SE (58+76 T15SE) 162,763 p., 2. Jenna Timonen-Nissi OAK (-07/71,35) 129 kg (57+72) 157,598 p.

17-vuotiaat tytöt: Sarja 40 kg: 1. Sara Mäntykenttä OAK (-09/39,1) 57 kg (25+32) 107,812 p. **Sarja 45 kg:** 1. Tessa Pajunpää LoVe (-07/42,6) 85 kg (36+49) 148,805 p., 2. Pinja Eskelinen OAK (-09/41,05) 84 kg (35+49) 151,962 p., 3. Veera Lindgren PuKa (-08/41,25) 73 kg (35+38) 131,488 p. **Sarja 49 kg:** 1. Saara Postila OAK (-06/48,5) 120 kg (57 T17SEPE+63) 188,663 p., 2. Stina Vaara OAK (-09/48,95) 93 kg (41+52) 145,162 p., 3. Veera-Matilda Cederlöf NuVo (-07/47,9)

74 kg (32+42) 117,491 p. **Sarja 55 kg:** 1. Iiris Savolainen LeKi (-06/52,8) 131 kg (59+72) 193,149 p., 2. Matilda Jauhojärvi OAK (-06/54,6) 128 kg (58+70) 184,252 p., 3. Ronja Näsi TP (-05/51,75) 106 kg (47+59) 158,609 p., 4. Helka Känkänen PuKa (-08/53,15) 105 kg (49+56) 154,074 p., 5. Pinja Haapakoski RoRe (-07/53,3) 81 kg (35+46) 118,616 p. **Sarja 59 kg:** 1. Inka Tiainen PuKa (-05/58,0) 156 kg (70+86) 215,473 p., 2. Mona Herva OAK (-06/58,65) 133 kg (62+71) 182,36 p., 3. Sofi Siikaluoma APW (-06/57,45) 104 kg (45+59) 144,564 p., 4. Tilda Pimiä ÄH (-06/56,85) 92 kg (41+51) 128,79 p. **Sarja 64 kg:** 1. Iita Kononen ÄH (-06/63,9) 164 kg (74+90) 213,11 p., 2. Kaisa Rautio OAK (-07/63,15) 154 kg (68+86) 201,541 p., 3. Vilma Rättyä RK (-06/63,4) 153 kg (67+86) 199,755 p., 4. Sara Lindén PuKa (-08/62,3) 129 kg (59+70) 170,224 p., 5. Venla Kukkula APW (-06/59,9) 126 kg (57+69) 170,416 p., 6. Elisa Jäppinen KJ (-05/62,85) 125 kg (58+67) 164,06 p., 7. Jonna Malinen JoPuPo (-06/63,75) 122 kg (52+70) 158,756 p., 8. Olga Kononen PuKa (-06/63,95) 113 kg (50+63) 146,77 p., 9. Teea Jaskari LeKi (-05/63,1) 111 kg (50+61) 145,336 p., 10. Katri Kyösti KJ (-05/59,9) 110 kg (50+60) 148,776 p., 11. Miina Valtonen TAK (-07/62,65) 106 kg (50+56) 139,395 p. **Sarja 71 kg:** 1. Janette Ylisoini Bodonos (-06/70,5) 197 kg (87+110) 242,195 p., 2. Gerta Jürgenson RK (-06/68,05) 167 kg (80+87) 209,288 p., 3. Minni Hormavirta LoLif (-08/67,55) 166 kg (71+95) 208,891 p., 4. Minea Kumlander TAK (-07/65,1) 120 kg (50+70) 154,23 p., 5. Rosa Karila PorPa (-06/70,1) 118 kg (53+65) 145,511 p. **Sarja 76 kg:** 1. Marla Sinisaari RoRe (-05/76,0) 167 kg T17SE (72 T17SE+95 T17SE) 197,675 p.,2. Iina Heikkilä LPN (-07/72,15) 134 kg T15SE (58+76 T15SE) 162,763 p., 3. Jenna Timonen-Nissi OAK (-07/71,35) 129 kg (57+72) 157,598 p., 4. Juuli Nummela RauLi (-05/73,85) 118 kg (53+65) 141,648 p.

15-vuotiaat pojat: Sarja 49 kg: 1. Kai Ollonen OAK (-08/47,15) 131 kg (55+76 P15SE) 230,291 p., 2. Jonni Lohenoja Atomi (-09/43,45) 90 kg (39+51) 170,084 p., 3. Alex Koivuranta OAK (-09/46,25) 89 kg (39+50) 159,087 p., 4. Arttu Kallio TAK (-09/48,0) 74 kg (34+40) 128,122 p., 5. Ville Suomalainen TAK (-07/41,4) 68 kg (28+40) 134,4 p. **Sarja 55 kg:** 1. Ukko Minkkinen TaSi (-08/54,35) 95 kg (42+53) 148,803 p., 2. Jasper Marjeta RoRe (-08/54,35) 75 kg (35+40) 117,476 p. **Sarja 61 kg:** 1. Elias Mäkitalo OAK (-07/58,8) 131 kg (62+69) 193,585 p., 2. Aapo Pimiä ÄH (-08/58,9) 67 kg (36+31) 98,889 p. **Sarja 67 kg:** 1. Peetu Akujärvi OAK (-09/66,15) 94 kg (40+54) 128,281 p., 2. Sebastian Hedman YlöjRy (-07/64,9) 93 kg (43+50) 128,484 p. **Sarja 73 kg:** 1. Julius Viio KJ (-07/72,5) 186 kg (80+106) 240,087 p., 2. Touko Huhtimäki TP (-07/70,6) 123 kg (53+70) 161,257 p. **Sarja 81 kg:** 1. Eliel Jännes TP (-07/75,6) 203 kg (88+115) 255,917 p., 2. Lauri Mähönen KiurU (-07/76,15) 166 kg (70+96) 208,443 p. **Sarja 96 kg:** 1. Antti Vähäkoski YlöjRy (-07/95,2) 152 kg (60+92) 171,756 p.

17-vuotiaat pojat: Sarja 49 kg: 1. Kai Ollonen OAK (-08/47,15) 131 kg (55+76 P15SE) 230,291 p., 2. Jonni Lohenoja Atomi (-09/43,45) 90 kg (39+51) 170,084 p., 3. Alex Koivuranta OAK (-09/46,25) 89 kg (39+50) 159,087 p. **Sarja 61 kg:** 1. Joona Jokela OAK (-06/59,4) 132 kg (59+73) 193,66 p., 2. Elias Mäkitalo OAK (-07/58,8) 131 kg (62+69) 193,585 p. **Sarja 67 kg:** 1. Veikko Ojala PuKa (-06/66,15) 184 kg (84+100) 251,102 p., 2. Juho Kyösti KJ (-06/64,9) 145 kg (68+77) 200,324 p., 3. Olli Partanen PuKa (-06/65,45) 134 kg (60+74) 184,119 p. **Sarja 73 kg:** 1. Eetu Hautaniemi PuKa (-05/72,55) 236 kg P17SE (108 P17SE/PE+128 P17SE) 304,505 p., 2. Julius Viio KJ (-07/72,5) 186 kg (80+106) 240,087 p., 3. Lenni Teurajärvi OAK (-06/70,2) 155 kg (68+87) 204,901 p., 4. Leevi Mäkelä HWJ (-05/70,3) 138 kg (63+75) 181,383 p., 5. Touko Huhtimäki TP (-07/70,6) 123 kg (53+70) 161,257 p. **Sarja 81 kg:** 1. Hannes Pränni OAK (-06/79,35) 223 kg (98+125) 273,953 p., 2. Eliel Jännes TP (-07/75,6) 203 kg (88+115) 255,917 p., 3. Lauri Kallioniemi AU (-05/76,75) 202 kg (92+110) 252,569 p., 4. Olli Sarajärvi OAK (-06/79,55) 155 kg (61+94) 190,168 p., 5. Chasimir Lindholm KPS (-05/78,5) 135 kg (61+74) 166,781 p., Veeti Huhtamäki TP (-05/78,8) – (-+0). **Sarja 89 kg:** 1. Miro Manderbacka KJ (-05/81,6) 219 kg (95+124) 265,234 p., 2. Rasmus Paakkunainen TP (-05/86,3) 171 kg (76+95) 201,586 p., 3. Taavi Salonen LeKi (-05/82,2) 158 kg (70+88) 190,66 p. **Sarja 96 kg:** 1. Miro Silanne TP (-05/94,3) 192 kg (86+106) 217,786 p., 2. Jerry Jokinen Atomi (-06/93,75) 190 kg (85+105) 216,032 p., 3. Antti Vähäkoski YlöjRy (-07/95,2) 152 kg (60+92) 171,756 p. **Sarja 102 kg:** 1. Jonne Akujärvi OAK (-05/96,5) 252 kg (115 P17SE/PE+137) 283,232 p., 2. Jaakko Kemppe OAK (-05/96,1) 155 kg (70+85) 174,494 p.

Seurojen pisteet 15-v.: 1. OAK, 2. PuKa, 3. TAK.

Seurojen pisteet 17-v.: 1. OAK, 2. PuKa, 3. TP.

YLEISEN SARJAN EM-KILPAILUT TIRANA, ALBANIA 25.5.–5.6.2022

Naiset: Sarja 45 kg: 6. Sonja Koponen FIN TP (-89/44,95) 138 kg SE+PE (61+77 SE+PE) 230,752 p. **Sarja 55 kg:** Laura Liukkonen FIN Herakles (-91/54,90) – (-+91). **Sarja 59 kg:** Saara Retulainen FIN TAK (-93/58,85) – (-+0). **Sarja 64 kg:** 6. Aino Luostarinen FIN OAK (-03/63,90) 204 kg N20/N23SE+N20PE (91 N20/N23SE+N20PE + 113 N20/23SE+N20PE) 265,088 p., 20. Jannike Bäckström FIN RoRe (-03/63,90) 183 kg (83+100) 237,8 p. **Sarja 71 kg:** 11. Janette Ylisoini FIN Bodonos (-06/70,4) 193 kg (86+107) 237,456 p. **Sarja 76 kg:** 10. Jutta Selin FIN TP (-99/74,80) 204 kg (87+117) 243,341 p.

Miehet: Sarja 102 kg: 12. Roni Peltonen FIN TP (-98/101,60) 320 kg (140+180) 352,801 p. **Sarja 109 kg:** 6. Hannes Keskitalo FIN OAK (-96/108,4) 350 kg (150+200) 377,57 p.

Kaikki tulokset: https://ewf.sport/2022/05/28/ewc-results/

17-VUOTIAIDEN MM-KILPAILUT LEON, MEKSIKO 11.–18.6.2022

Tytöt: 71 kg: 2. Janette Ylisoini FIN Bodonos (-06/70,42) 195 kg (89+106).

Kaikki tulokset: https://iwf.sport/results/results-by-events/?event_id=530

TEMPAUKSEN JA TYÖNNÖN SM-KILPAILUT ERÄJÄRVI, ORIVESI 3.7.2022

Tytöt 17-v.: Tempaus: 1. Janette Ylisoini Bodonos (-06/70,90) 88 kg 107,866 p., 2. Inka Tiainen PuKa (-05/59,75) 70 kg 94,828 p., 3. Iita Kononen ÄH (-06/66,05) 73 kg 93,039 p., 4. Minni Hormavirta LoLif (-08/67,85) 74 kg 92,89 p., 5. Iiris Savolainen LeKi (-06/52,65) 60 kg 88,648 p., 6. Mona Herva OAK (-06/63,70) 63 kg 82,019 p., 7. Liisa Niva OAK (-08/57,40) 55 kg 76,497 p., 8. Matilda Jauhojärvi OAK (-06/58,20) 55 kg 75,795 p., 9. Iina Heikkilä LPN (-07/72,50) 62 kg T15SE 75,122 p., Kaisa Rautio OAK (-07/62,20) – (-+-) **Työntö:** 1. Janette Ylisoini Bodonos (-06/70,90) 105 kg 128,704 p., 2. Inka Tiainen PuKa (-05/59,75) 87 kg 117,858 p., 3. Minni Hormavirta LoLif (-08/67,85) 90 kg 112,975 p., 4. Iita Kononen ÄH (-06/66,05) 87 kg 110,882 p., 5. Iiris Savolainen LeKi (-06/52,65) 70 kg 103,423 p. 6. Liisa Niva OAK (-08/57,40) 68 kg 94,578 p., 7. Iina Heikkilä LPN (-07/72,50) 75 kg 90,873 p., 8. Matilda Jauhojärvi OAK (-06/58,20) 64 kg 88,198 p., Mona Herva OAK (-06/63,70) –, Kaisa Rautio OAK (-07/62,20) –-

Yhteistulos (ei SM-kilpailu): 1. Janette Ylisoini Bodonos (-06/70,90) 193 kg (88+105) 236,569 p., 2. Inka Tiainen PuKa (-05/59,75) 157 kg (70+87) 212,686 p., 3. Minni Hormavirta LoLif (-08/67,85) 164 kg (74+90) 205,865 p., 4. Iita Kononen ÄH (-06/66,05) 160 kg (73+87) 203,921 p., 5. Iiris Savolainen LeKi (-06/52,65) 130 kg (60+70) 192,072 p., 6. Liisa Niva OAK (-08/57,40) 123 kg (55+68) 171,074 p., 7. Iina Heikkilä LPN (-07/72,50) 137 kg T15SE (62 T15SE+75) 165,995 p., 8. Matilda Jauhojärvi OAK (-06/58,20) 119 kg (55+64) 163,993 p., Mona Herva OAK (-06/63,70) – (63+0), Kaisa Rautio OAK (-07/62,20) – (-+-).

Naiset 20-v.: Tempaus: 1. Jannike Bäckström RoRe (-03/67,50) 80 kg 100,712 p., 2. Viivi Körkkö OAK (-02/56,95) 68 kg 95,08 p., 3. Vilma Väisänen EWA

(-02/59,80) 67 kg 90,715 p., 4. Olivia Kononen PuKa (04/64,00) 65 kg 84,386 p., 5. Saana Hänninen OP (-04/68,35) 62 kg 77,511 p. **Työntö:** 1. Jannike Bäckström RoRe (-03/67,50) 99 kg 124,631 p., 2. Viivi Körkkö OAK (-02/56,95) 86 kg 120,248 p., 3. Vilma Väisänen EWA (-02/59,80) 86 kg 116,441 p., 4. Olivia Kononen PuKa (04/64,00) 87 kg 112,947 p., 5. Saana Hänninen OP (-04/68,35) 77 kg 96,264 p.

Yhteistulos (ei SM-kilpailu): 1. Jannike Bäckström RoRe (-03/67,50) 179 kg (80+99) 225,343 p., 2. Viivi Körkkö OAK (-02/56,95) 154 kg (68+86) 215,328 p., 3. Vilma Väisänen EWA (-02/59,80) 153 kg (67+86) 207,156 p., 4. Olivia Kononen PuKa (04/64,00) 152 kg (65+87) 197,333 p., 5. Saana Hänninen OP (-04/68,35) 139 kg (62+77) 173,775 p.

Naiset: Tempaus: 1. Siri Sytelä AU (-00/58,85) 72 kg 98,502 p., 2. Riina Saksa LoLif (-80/68,20) 76 kg 95,129 p., 3. Hanna Kunelius LoLif (-88/58,60) 69 kg 94,661 p., 4. Ella Häkkinen KelVi (-98/59,80) 67 kg 90,715 p., 5. Heidi Kunelius LoLif (-88/54,50) 62 kg 89,363 p., Marianna Polvi APW (-91/49,80) – (-+-). **Työntö:** 1. Siri Sytelä AU (-00/58,85) 94 kg 128,599 p., 2. Riina Saksa LoLif (-80/68,20) 95 kg 118,911 p., 3. Hanna Kunelius LoLif (-88/58,60) 86 kg 117,983 p., 4. Ella Häkkinen KelVi (-98/59,80) 84 kg 113,733 p., 5. Heidi Kunelius LoLif (-88/54,50) 78 kg 112,424 p., Marianna Polvi APW (-91/49,80) – (-+-).

Yhteistulos (ei SM-kilpailu): 1. Siri Sytelä AU (-00/58,85) 166 kg (72+94) 227,101 p., 2. Riina Saksa LoLif (-80/68,20) 171 kg (76+95) 214,04 p., 3. Hanna Kunelius LoLif (-88/58,60) 155 kg (69+86) 212,644 p., 4. Ella Häkkinen KelVi (-98/59,80) 151 kg (67+84) 204,448 p., 5. Heidi Kunelius LoLif (-88/54,50) 140 kg (62+78) 201,787 p., Marianna Polvi APW (-91/49,80) – (-+-).

Pojat 17-v.: **Tempaus:** 1. Miro Manderbacka KJ (-05/83,40) 101 kg 121,014 p., 2. Veikko Ojala PuKa (-06/67,85) 80 kg 107,446 p., Jonne Akujärvi OAK (-05/97,15) –, Eetu Hautaniemi PuKa (-05/75,95) –, Julius Viio KJ (-07/75,95) –. **Työntö:** 1. Eetu Hautaniemi PuKa (-05/75,95) 131 kg 164,731 p., 2. Jonne Akujärvi OAK (-05/97,15) 135 kg 151,336 p., 3. Miro Manderbacka KJ (-05/83,40) 120 kg 143,779 p., 4. Veikko Ojala PuKa (-06/67,85) 104 kg 139,68 p., 5. Julius Viio KJ (-07/75,95) 110 kg 138,324 p.

Yhteistulos (ei SM-kilpailu): 1. Miro Manderbacka KJ (-05/83,40) 221 kg (101+120) 264,792 p., 2. Veikko Ojala PuKa (-06/67,85) 184 kg (80+104) 247,126 p., Jonne Akujärvi OAK (-05/97,15) – (-+135), Eetu Hautaniemi PuKa (-05/75,95) – (-+131), Julius Viio KJ (-07/75,95) – (-+110).

Miehet 20-v.: Tempaus: 1. Konsta Suoniemi OAK (-04/91,80) 132 kg M20/23SE 151,405 p., 2. Juuso Hartikainen JoPuPo (-02/89,40) 120 kg 139,225 p., 3. Juuso Kokko 8000Urh (-04/71,75) 99 kg 128,562 p. **Työntö:** 1. Konsta Suoniemi OAK (-04/91,80) 155 kg 177,786 p., 2. Juuso Hartikainen JoPuPo (-02/89,40) 150 kg 174,031 p., 3. Juuso Kokko 8000Urh (-04/71,75) 119 kg 154,534 p.

Yhteistulos (ei SM-kilpailu): 1. Konsta Suoniemi OAK (-04/91,80) 287 kg (132 M20/23SE+155) 329,191 p., 2. Juuso Hartikainen JoPuPo (-02/89,40) 270 kg (120+150) 313,256 p., 3. Juuso Kokko 8000Urh (-04/71,75) 218 kg (99+119) 283,097 p.

Miehet: Tempaus: 1. Lauri Tuovinen TP (-90/118,80) 147 kg 154,496 p., 2. Jonathan Räsänen LPN (-94/81,80) 123 kg 148,785 p., 3. Matias Tuovinen Atomi (-01/145,55) 145 kg 146,668 p., 4. Petri Lindfors KelVi (-93/118,80) 138 kg 145,037 p., Kristian Laapotti TP (-92/84,95) – **Työntö:** 1. Lauri Tuovinen TP (-90/118,80) 185 kg 194,433 p., 2. Matias Tuovinen Atomi (-01/145,55) 181 kg M23SE 183,082 p., 3. Petri Lindfors KelVi (-93/118,80) 174 kg 182,872 p., 4. Jonathan Räsänen LPN (-94/81,80) 148 kg 179,026 p., Kristian Laapotti TP (-92/84,95) 135 kg 160,328 p.

Yhteistulos (ei SM-kilpailu): 1. Lauri Tuovinen TP (-90/118,80) 332 kg (147+185) 348,929 p., 2. Matias Tuovinen Atomi (-01/145,55) 326 kg M23SE (145+181 M23SE) 329,751 p., 3. Petri Lindfors KelVi (-93/118,80) 312 kg (138+174) 327,909 p., 4. Jonathan Räsänen LPN (-94/81,80) 271 kg (123+148) 327,811 p., Kristian Laapotti TP (-92/84,95) – (-+135).

PUNTTIKARNEVAALIT ROVANIEMI 27.7.2022

Tytöt 12-v: 40 kg: 1. Salmi Inari OAK (-10/39,30) 53 kg (22+31) 99,772 p., 2. Marjeta Moona RoRe (-11/36,80) 40 kg (18+22) 80,152 p., Juntto Wilhelmina OAK (-11/30,90) – (-+40). **55 kg:** 1. Eerikäinen Aino Herakles (-11/49,70) 54 kg (24+30) 83,302 p.

Tytöt 16-v.: 49 kg: 1. Eskelinen Pinja OAK (-09/41,90) 90 kg (41+49) 159,869 p. **59 kg:** 1. Jauhojärvi Matilda OAK (-06/57,40) 128 kg (58+70) 178,028 p., 2. Niva Liisa OAK (-08/57,20) 123 kg (53+70) 171,475 p, 3. Postila Saara OAK (-06/50,40) 118 kg (53+65) 180,098 p., 4. Vaara Stina OAK (09/50,80) 95 kg (43+52) 144,130 p., 5. Pimiä Tilda ÄH (-06/56,30) 91 kg (39+52) 128,235 p, 6. Haapakoski Pinja RoRe (-07/52,10) 84 kg (38+46) 125,066 p. **+59 kg:** 1. Kononen Iita ÄH (-06/70,00) 165 kg (75+90) 203,624 p., 2. Timonen-Nissi Jenna OAK (-07/70,30) 132 kg (57+75) 162,528 p., 3. Lehtimäki Iina KPS (-08/62,00) 74 kg (32+42) 97,939 p.

Naiset: 64 kg: 1. Tiainen Julia OAK (-00/62,10) 117 kg (57+60) 154,695 p.

Pojat 12-v.: 45 kg: 1. Russell Torbjørn OAK (-10/37,20) 98 kg (43+55) 215,064 p., 2. Lindholm Charger KPS (-10/42,20) 77 kg (37+40) 149,483 p., 3. Russell Ukko OAK (-11/42,30) 70 kg (30+40) 135,595 p., 4. Pimiä Åke ÄH (-10/44,60) 58 kg (26+32) 107,054 p., Lautamo Eino RoRe (-12/30,40) – (20+-).

Pojat 16-v.: 49 kg: 1. Ollonen Kai OAK (-08/47,60) 116 kg (52+64) 202,272 p., 2. Koivuranta Alex OAK (-09/48,70) 85 kg (35+50) 145,383 p. **67 kg:** 1. Mäkitalo Elias OAK (-07/62,50) 140 kg (65+75) 198,302 p., 2. Gröhn Hugo OAK (-08/65,30) 135 kg (60+75) 185,768 p., 3. Marjeta Jasper RoRe (-08/57,00) 75 kg (34+41) 113,355 p. **+67 kg:** 1. Pränni Hannes OAK (-06/78,20) 218 kg (96+122) 269,864 p., 2. Huhtimäki Touko TP (-07/72,60) 113 kg (48+65) 145,743 p., 3. Akujärvi Peetu OAK (-09/69,20) 96 kg (42+54) 127,385 p., 4. Sychov Maksym OAK (-06/68,50) 85 kg (40+45) 113,491 p.

15- JA 17-VUOTIAIDEN EM-KILPAILUT RASZYN, PUOLA 10.–17.8.2022

17-vuotiaat tytöt: Sarja 49 kg: 7. Saara Postila FIN OAK (-06/48,65) 118 kg (53+65) 185,07 p. **Sarja 55 kg:** 10. Iiris Savolainen FIN LeKi (-06/51,80) 134 kg (61+73) 200,362 p., 13. Matilda Jauhojärvi FIN OAK (-06/54,45) 124 kg (56+68) 178,841 p. **Sarja 59 kg:** 5. Inka Tiainen FIN PuKa (-05/58,50) 160 kg (72+88) 219,75 p., 10. Mona Herva FIN OAK (-06/58,40) 131 kg (58+73) 180,123 p. **Sarja 64 kg:** 9. Iita Kononen FIN ÄH (-06/63,95) 162 kg (75+87) 210,413 p., Vilma Rättyä FIN RK (-06/63,15) – (66+-). **Sarja 71 kg:** 1. Janette Ylisoini FIN Bodonos (-06/71,0) 201 kg (90+111) 246,193 p., Gerta Jürgenson FIN RK (-06/67,0) – (-+86). **Sarja 76 kg:** Marla Sinisaari FIN RoRe (-05/75,30) – (70+-).

17-vuotiaat pojat: Sarja 73 kg: 9. Eetu Hautaniemi FIN PuKa (-05/72,55) 244 kg M17SE+PE/20SE (109 M17SE+PE/20SE+135 M17/20SE) 314,827 p. **Sarja 81 kg:** 10. Hannes Pränni FIN OAK (-06/78,50) 228 kg (102+126) 281,674 p., 13. Miro Manderbacka FIN KJ (-05/80,45) 224 kg (103+121) 273,241 p. **Sarja 96 kg:** 11. Jonne Akujärvi FIN OAK (-05/94,65) 245 kg (110+135) 277,488 p.

15-vuotiaat tytöt: Sarja 64 kg: 3. Kaisa Rautio FIN OAK (-07/63,05) 157 kg (67+90) 205,665 p. **Sarja 71 kg:** 1. Minni Hormavirta FIN LoLif (-08/68,15) 165 kg (75+90) 206,614 p., 6. Iina Heikkilä FIN LPN (-07/69,15) 137 kg (61+76) 170,187 p.

15-vuotiaat pojat: Sarja 73 kg: 7. Julius Viio FIN KJ (-07/72,35) 190 kg (82+108) 245,544 p.

Kaikki tulokset: https://ewf.sport/wp-content/uploads/2022/08/Results-Book-10-17.08.2022-Raszyn-Poland-compres.pdf

20- JA 23-VUOTIAIDEN SM-KILPAILUT HELSINKI 13.–14.8.2022

Naiset 20-v.: Sarja 49 kg: 1. Haapakoski Pinja RoRe (-07/48,65) 80 kg (38+42) 125,471 p. **Sarja 55 kg:** 1. Körkkö Viivi OAK (-02/54,85) 151 kg (66+85) 216,664 p., 2. Niva Liisa OAK (-08/54,95) 118 kg (53+65) 169,097 p., 3. Näsi Ronja TP (-05/52,6) 110 kg (48+62) 162,635 p. **Sarja 59 kg:** 1. Väisänen Vilma EWA (-02/58,35) 162 kg (75+87) 222,873 p., 2. Mänty Meri RoRe (-02/58,25) 137 kg (55+82) 188,692 p., 3. Korkiatupa Vilma AK (-03/58,2) 134 kg (63+71) 184,665 p. **Sarja 64 kg:** 1. Bäckström Jannike RoRe (-03/63,9) 178 kg (80+98) 231,303 p., 2. Takkunen Sanni RoRe (-02/62,4) 151 kg (68+83) 199,059 p., 3. Kononen Olivia PuKa (-04/62,95) 150 kg (67+83) 196,684 p., 4. Laitinen Eveliina JoPuPo (-02/62,8) 135 kg (63+72) 177,273 p., 5. Jäppinen Elisa KJ (-05/63,4) 119 kg (57+62) 155,365 p., 6. Kononen Olga PuKa (-06/63,75) 109 kg (47+62) 141,84 p., Keränen Laura RoRe (-03/63,95) – (-+0) **Sarja 71 kg:** 1. Luostarinen Aino OAK (-03/66,55) 204 kg (90+114) 258,88 p., 2. Timonen-Nissi Jenna OAK (-07/68,9) 134 kg (58+76) 166,789 p. **Sarja 76 kg:** 1. Reini Olivia HWJ (-02/71,7) 146 kg (63+83) 177,913 p.

Naiset 23-v.: Sarja 49 kg: 1. Kollanen Julia RoRe (-99/48,25) 98 kg (43+55) 154,702 p. **Sarja 55 kg:** 1. Körkkö Viivi OAK (-02/54,85) 151 kg (66+85) 216,664 p., 2. Niva Liisa OAK (-08/54,95) 118 kg (53+65) 169,097 p., 3. Näsi Ronja TP (-05/52,6) 110 kg (48+62) 162,635 p., 4. Koskela Vilma APW (-99/54,7) 108 kg (47+61) 155,263 p., 5. Hanhineva Viivi APW (-00/54,8) 101 kg (42+59) 145,013 p. **Sarja 59 kg:** 1. Sytelä Siri AU (-00/58,75) 171 kg (75+96 N23SE) 234,202 p., 2. Kirkanen Anette RoRe (-00/58,5) 168 kg (76+92) 230,737 p., 3. Leppiaho Ronja RoRe (-00/58,6) 164 kg (74+90) 224,991 p., 4. Väisänen Vilma EWA (-02/58,35) 162 kg (75+87) 222,873 p., 5. Mänty Meri RoRe (-02/58,25) 137 kg (55+82) 188,692 p., 6. Kurkela Emilia APW (-00/59,0) 136 kg (60+76) 185,75 p., 7. Korkiatupa Vilma AK (-03/58,2) 134 kg (63+71) 184,665 p., 8. Kahilainen Mari KelVi (-99/56,4) 121 kg (51+70) 170,304 p. Tiainen Julia OAK (-00/58,85) – (55+-). **Sarja 64 kg:** 1. Bäckström Jannike RoRe (-03/63,9) 178 kg (80+98) 231,303 p., 2. Teittinen Ilona Herakles (-01/64,0) 169 kg (74+95) 219,403 p., 3. Takkunen Sanni RoRe (-02/62,4) 151 kg (68+83) 199,059 p., 4. Kononen Olivia PuKa (-04/62,95) 150 kg (67+83) 196,684 p., 5. Kupari Heidi LPN (-99/60,85) 145 kg (65+80) 194,162 p., 6. Silvennoinen Venla RoRe (-99/62,25) 142 kg (60+82) 187,471 p., 7. Sillanpää Sofia AK (-99/60,8) 138 kg (60+78) 184,885 p., 8. Laitinen Eveliina JoPuPo (-02/62,8) 135 kg (63+72) 177,273 p., 9. Huuhka Sanna TAK (-99/62,85) 134 kg (59+75) 175,874 p., 10. Rapanen Emma IJ (-99/63,1) 133 kg (61+72) 174,142 p., 11. Rajanen Aino OAK (-01/63,35) 120 kg (50+70) 156,745 p. **Sarja 71 kg:** 1. Luostarinen Aino OAK (-03/66,55) 204 kg (90+114) 258,88 p., 2. Seppänen Anni Herakles (-00/68,7) 154 kg (67+87) 191,988 p., 3. Kunnari Nea AK (-00/67,05) 149 kg (65+84) 188,283 p., 4. Timonen-Nissi Jenna OAK (-07/68,9) 134 kg (58+76) 166,789 p., 5. Maikola Venla TAK (-01/70,6) 133 kg (60+73) 163,39 p., 6. Lämsä Emmi RoRe (-01/69,8) 129 kg (61+68) 159,442 p., 7. Kokkonen Sini-Elina RoRe (-01/69,4) 129 kg (58+71) 159,936 p. **Sarja 76 kg:** 1. Selin Jutta TP (-99/75,1) 205 kg (90+115) 244,056 p., 2. Lehtinen Viivi AK (-99/75,8) 146 kg (65+81) 173,037 p., 3. Ristolainen Linnea KelVi (-99/73,6) 145 kg (65+80) 174,354 p. **Sarja 81 kg:** 1. Rönkkö Sofia RoRe (-99/76,1) 177 kg (76+101) 209,38 p., 2. Seppälä Ria APW (-99/76,25) 157 kg (69+88) 185,547 p., Ala-Rantala Emilia RoRe (-99/76,8) – (64+-). **Sarja 87 kg:** 1. Pietarinen Sanni JoPuPo (-00/86,2) 167 kg (77+90) 187,108 p., Vähäsalo Vanessa PuKa (-99/84,5) – (56+-).

Miehet 20-v.: Sarja 55 kg: 1. Ollonen Kai OAK (-08/48,15) 140 kg P15/17SE+PE (61+79 P15/17SE+PE) 241,753 p. Ennätykset sarjassa 49 kg. **Sarja 61 kg:** 1. Viitasaari Joona PuKa (-04/60,3) 201 kg (91 M20SE+110) 291,791 p., 2. Manninen Topias OP (-03/60,05) 160 kg (76+84) 232,947 p., 3. Jokela Joona OAK (-06/60,55) 136 kg (60+76) 196,863 p. **Sarja 67 kg:** 1. Ojala Veikko PuKa (-06/66,5) 196 kg (86+110) 266,583 p. **Sarja 73 kg:** 1. Kokko Juuso 8000Urh (-04/71,0) 234 kg (106+128) 305,757 p., 2. Niemi Eetu LoLif (-03/72,3) 205 kg (90+115) 265,035 p., 3. Kuorikoski Henrik LoVe (-04/72,9) 198 kg (87+111) 254,768 p., 4. Raudasoja Valtteri OAK (-04/68,9) 185 kg (85+100) 246,131 p. **Sarja 81 kg:** 1. Korpela Ilmari TAK (-03/79,55) 234 kg (103+131) 287,092 p., 2. Ruoho Onni TAK (-04/78,25) 228 kg (108+120) 282,148 p., 3. Kontro Onni HWJ (-02/79,75) 220 kg (100+120) 269,566 p., 4. Huhtamäki Veeti TP (-05/79,1) 215 kg (95+120) 264,558 p. **Sarja 89 kg:** 1. Hartikainen Juuso JoPuPo (-02/88,7) 283 kg (122+161 M20SE) 329,485 p., 2. Helin Markus TP (-02/85,9) 214 kg (93+121) 252,823 p., 3. Haapakoski Jaro RoRe (-03/85,05) 190 kg (85+105) 225,521 p. **Sarja 96 kg:** 1. Suoniemi Konsta OAK (-04/93,15) 289 kg (128+161) 329,466 p. **Sarja 102 kg:** 1. Pietarinen Sakari JoPuPo (-03/98,0) 276 kg M20SE (124 M20SE+152 M20SE) 308,367 p. **Sarja +109 kg:** 1. Keskitalo Hanno OAK (-03/134,1) 305 kg (140+165) 312,299 p.

Miehet 23-v.: Sarja 55 kg: 1. Ollonen Kai OAK (-08/48,15) 140 kg P15/17SE+PE (61+79 P15/17SE+PE) 241,753 p. **Sarja 61 kg:** 1. Viitasaari Joona PuKa (-04/60,3) 201 kg (91 M20SE+110) 291,791 p., 2. Kangasvieri Roope LoVe (-01/59,85) 158 kg (70+88) 230,575 p., 3. Helin Mikael NuVo (-00/60,75) 153 kg (68+85) 220,965 p. **Sarja 67 kg:** 1. Ollila Taneli OP (-00/66,9) 206 kg (90+116) 279,125 p. 2. Ojala Veikko PuKa (-06/66,5) 196 kg (86+110) 266,583 p. 3. Salonen Rasmus PuKa (-99/66,1) 195 kg (88+107) 266,242 p. **Sarja 73 kg:** 1. Kokko Juuso 8000Urh (-04/71,0) 234 kg (106+128) 305,757 p., 2. Holappa Joel TP (-99/72,9) 232 kg (104+128) 298,516 p., 3. Kondra David LoLif (-00/72,0) 229 kg (108+121) 296,779 p., 4. Niemiinen Mauro RoRe (-99/72,0) 216 kg (100+116) 279,931 p., 5. Rauhala Mikko OAK (-01/72,05) 202 kg (93+109) 261,682 p., 6. Tuomisto Reino PaU (-99/71,8) 200 kg (87+113) 259,616 p., 7. Kuorikoski Henrik LoVe (-04/72,9) 198 kg (87+111) 254,768 p., Lehtinen Jesper TAK (-99/72,95) – (89+-). **Sarja 81 kg:** 1. Korpela Ilmari TAK (-03/79,55) 234 kg (103+131) 287,092 p., 2. Ruoho Onni TAK (-04/78,25) 228 kg (108+120) 282,148 p., 3. Mänttäri Eino LoLif (-01/77,4) 223 kg (100+123) 277,566 p., 4. Kontro Onni HWJ (-02/79,75) 220 kg (100+120) 269,566 p., 5. Huhtamäki Veeti TP (-05/79,1) 215 kg (95+120) 264,558 p., Pietarinen Tatu LPN (-99/80,45) – (-+0). **Sarja 89 kg:** 1. Hartikainen Juuso JoPuPo (-02/88,7) 283 kg (122+161 M20SE) 329,485 p., 2. Barkman Max Herakles (-99/87,7) 269 kg (124+145) 314,785 p., 3. Laakso Eero TAK (-99/87,3) 257 kg (112+145) 301,368 p., Cavrag Manuel TAK (-00/88,9) – (121+-), Vuolle Joonas Herakles (-99/88,95) (-+0). **Sarja 96 kg:** 1. Suoniemi Konsta OAK (-04/93,15) 289 kg (128+161) 329,466 p., 2. Hasu Joonas KuKisa (-99/95,45) 273 kg (121+152) 308,161 p. **Sarja 102 kg:** 1. Pietarinen Sakari JoPuPo (-03/98,0) 276 kg M20SE (124 M20SE+152 M20SE) 308,367 p., 2. Svartberg Oliver TAK (-99/96,7) 275 kg (125+150) 308,833 p. **Sarja 109 kg:** 1. Schöning Aleksi Herakles (-99/103,6) 290 kg (135+155) 317,548 p. **Sarja +109 kg:** 1. Keskitalo Hanno OAK (-03/134,1) 305 kg (140+165) 312,299 p.

20-vuotiaat: 1. Ounasvaaran Atleetti Klubi 52, 2. Rovaniemen Reipas 28, 3. Puntti-Karhut 19, 4. Joensuun Puntti-Pojat 14, 5. Turun Atleettiklubi 12, 6. Tampereen Pyrintö 12.

23-vuotiaat: 1. Ounasvaaran Atleetti Klubi 45, 2. Rovaniemen Reipas 41, 3. Turun Atleettiklubi 23, 4. Herakles 22, 5. Joensuun Puntti-Pojat 21, 6. Puntti-Karhut 19.

MASTERS EM-KILPAILUT RASZYN, PUOLA 20.–28.8.2022

N65: Sarja 55 kg: 2. Maija-Riitta Sankamo FIN KuKisa (-56/53,96) 75 kg N65SE (33 N65SE+42) 108,87/207,82 p., 3. Assi Koivisto-Allonen FIN PorPa (-57/53,4)

72 kg (30+42) 105,29/197,22 p. **N60: Sarja 59 kg:** 2. Kirsi Pitkänen FIN TP (-58/58,78) 74 kg (33+41) 101,32/186,32 p.
N55: Sarja 64 kg: 1. Barbara Lybeck FIN PorPa (-66/63,16) 84 kg (36+48) 109,92/169,83 p. **Sarja 81 kg:** 1. Hannele Korhonen FIN PuKa (-67/77,44) 104 kg (42+62) 122,02/183,88 p., 2. Satu Takala FIN PorPa (-66/80,40) 93 kg (40+53) 107,27/165,73 p.
N50: Sarja 55 kg: 1. Satu Niemelä FIN APW (-68/53,88) 115 kg (50+65) 167,1/245,64 p., 2. Virve Leikola FIN PorPa (-72/54,24) 101 kg (41+60) 146,07/195,73 p. **Sarja 64 kg:** 4. Nina Uurtamo FIN 8000Urh (-70/61,12) 101 kg (45+56) 134,87/188,95 p. **Sarja 76 kg:** 1. Eija Selkälä FIN OAK (-72/72,98) 123 kg (53+70) 148,53/199,03 p., 3. Susanna Niemi FIN OP (-71/75,18) 110 kg (49+61) 130,89/179,19 p.
N45: Sarja 59 kg: 1. Titta Sillman FIN Herakles (-77/58,82) 141 kg (64 N45SE+77) 192,96/235,99 p. **Sarja 71 kg:** 3. Niina Saarman-Bartholdi FIN Herakles (-77/70,16) 132 kg (55+77) 162,7/198,98 p.
N40: Sarja 45 kg: 1. Anne Isokangas FIN APW (-82/44,58) 95 kg (42+53) 159,96/182,03 p. **Sarja 59 kg:** 2. Anna-Leena Weckman FIN LEL (-80/57,82) 136 kg (58+78) 188,24/220,24 p. **Sarja 76 kg:** 2. Anni Jääskeläinen FIN PorPa (-79/75,08) 138 kg (61+77) 164,31/195,04 p., 3. Ulla Merjamo FIN Herakles (-78/74,44) 137 kg (63+74) 163,94/191,81 p. **Sarja 81 kg:** 8. Hanna-Leena Siiskonen FIN KiurU (-78/77,54) 121 kg (54+67) 141,88/170,96 p.
N35: Sarja 49 kg: Sadia Noor-E FIN APW (-86/48,58) – (48+-). **Sarja 59 kg:** 4. Laura Partanen FIN JäTe (-84/58,2) 127 kg (59+68) 175,02/194,27 p. **Sarja 64 kg:** 3. Jonna Surakka FIN JäTe (-85/63,58) 150 kg (67+83) 195,5/214,47 p. **Sarja 71 kg:** 3. Liisa Vuori FIN LEL (-83/68,88) 157 kg (70+87) 195,45/219,68 p., 4. Marika Simola FIN JäTe (-85/70,92) 145 kg (65+80) 177,71/194,94 p. **Sarja 76 kg:** 4. Anni Aarni FIN 8000Urh (-85/75,58) 155 kg (69+86) 183,96/201,8 p., Katariina Hankimo FIN KelVi (-83/72,94) – (53+-) **Sarja 87 kg:** 1. Satu Töykkälä FIN TAK (-83/81,66) 155 kg (71+84) 177,58/199,6 p.
M80: Sarja 73 kg: 2. Juhani Oikarinen FIN KelVi (-38/70,90) 96 kg (42+54) 125,54/374,24 p.
M75: Sarja 73 kg: 1. Timo Koivunen FIN PieVo (-47/72,14) 125 kg (57+68) 161,81/342,56 p. **Sarja 96 kg:** 1. Risto Tiainen FIN Herakles (-45/90,62) 130 kg (60+70) 149,94/338,11 p.
M70: Sarja 61 kg: 1. Uolevi Kahelin FIN VaKi (-50/60,54) 141 kg (60+81) 204,12/398,65 p. **Sarja 81 kg:** 3. Kari Tarkiainen FIN PieVo (-51/78,72) 129 kg (58+71) 159,13/303,95 p., 4. Lasse Törmikoski FIN OP (-49/76,3) 125 kg (58+67) 156,79/314,21 p. **Sarja 89 kg:** 3. Arto Rainio FIN Bodonos (-52/86,32) 136 kg (60+76) 160,31/299,3 p., 4. Jouko Sutinen FIN HauSi (-49/88,12) 130 kg (55+75) 151,8/304,2 p.
M65: Sarja 81 kg: 2. Jyri Ikonen FIN 8000Urh (-57/77,6) 134 kg (58+76) 166,56/276,99 p. **Sarja 109 kg:** 1. Erkki Laine FIN HauSi (-53/102,76) 152 kg (70+82) 166,91/304,28 p.
M60: Sarja 89 kg: 5. Ari-Pekka Hyyppä FIN KelVi (-60/82,54) 164 kg (74+90) 197,5/309,67 p., 6. Tapio Vuolinko FIN HauSi (-62/88,0) 156 kg (70+86) 182,27/275,96 p. **Sarja 96 kg:** 4. Martti Pesu FIN OP (-58/92,08) 141 kg (65+76) 161,52/263,12 p. **Sarja 102 kg:** 2. Timo Kohtamäki FIN HPV (-62/100,12) 185 kg (90+95) 205,05/310,44 p. **Sarja +109 kg:** Timo Pietilä FIN RaPa (-61/123,62) – (65+-)
M55: Sarja 67 kg: 3. Harri Helin FIN NuVo (-64/67,0) 134 kg (59+75) 181,4/265,2 p. **Sarja 73 kg:** 7. Ismo Hietanen FIN HeTa (-63/72,62) 134 kg (53+81) 172,8/257,13 p. **Sarja 89 kg:** 8. Tapio Tihtonen FIN 8000Urh (-63/85,76) 149 kg (63+86) 176,17/262,13 p. **Sarja 109 kg:** 3. Jari Hirvonen FIN LoLif (-63/103,42) 195 kg (91+104) 213,65/317,91 p.
M50: Sarja 81 kg: 3. Marko Päivähonka FIN HWJ (-71/80,52) 197 kg (88+109) 240,2/311,54 p., 7. Heikki Leikola FIN PorPa (-69/80,34) 164 kg (67+97) 200,19/267,86 p. **Sarja 96 kg:** 4. Jouni Lohi FIN RoRe (-68/94,98) 188 kg (82+106) 212,63/289,39 p.
M45: Sarja 89 kg: 7. Niklas Wasenius FIN PorPa (-75/88,9) 200 kg (95+105) 232,62/286,82 p. **Sarja 109 kg:** 6. Marko Kähkönen FIN KajKu (-74/104,38) 203 kg (98+105) 221,71/276,7 p. **Sarja +109 kg:** 6. Riku Ruoti FIN 8000Urh (-76/118,59) 207 kg (90+117) 217,65/265,1 p.
M40: Sarja 73 kg: 4. Lars Carlsson FIN 8000Urh (-79/72,80) 178 kg (80+98) 229,21/269,56 p. **Sarja 81 kg:** 6. Pasi Vierelä FIN RoRe (-79/79,60) 200 kg (87+113) 245,3/288,47 p. **Sarja 109 kg:** 1. Mikko Lagerkrans FIN Herakles (-79/107,52) 261 kg (108+153) 282,29/331,97 p.
M35: Sarja 81 kg: 10. Anders Witting FIN APW (-84/80,04) 197 kg (90+107) 240,93/270,33 p.
Kaikki tulokset: https://www.europeanmasterswl.com/results-1-from-2000-to-date.html

YLEISEN SARJAN PM-KILPAILUT ROVANIEMI 8.–9.10.2022

Naiset: Sarja 49 kg: 1. Sundqvist Surya Ruotsi (-94/47,55) 145 kg (68+77) 231,565 p. **Sarja 55 kg:** 1. Jacobsen Rebekka T Norja (-96/54,95) 180 kg (78+102) 257,945 p., 2. Kunelius Heidi Suomi (-88/54,4) 146 kg (64+82) 210,708 p. **Sarja 59 kg:** 1. Retulainen Saara Suomi (-93/58,85) 201 kg SE (89+112) 274,984 p., 2. Waaler Sol A Norja (-92/58,45) 191 kg (86+105) 262,474 p., 3. Årsten Amelie Tanska (-94/58,6) 188 kg (82+106) 257,917 p., 4. Henriksson Moa Ruotsi (-98/58,15) 172 kg (76+96) 237,167 p., 5. Berglund Donna Ruotsi (-97/58,7) 172 kg (74+98) 235,703 p., Leppiaho Ronja Suomi (-00/58,6) – (-+0). **Sarja 64 kg:** 1. Andersson Ine D. Norja (-89/59,85) 200 kg (86+114) 270,647 p., 2. Rønnebaek Helena Tanska (-96/63,25) 192 kg (85+107) 251,032 p., 3. Wodzka Emilia Tanska (-94/61,9) 174 kg (77+97) 230,518 p., 4. Parjanen Tytti Suomi (-85/63,85) 172 kg (76+96) 223,61 p., 5. Andersson Jennifer Ruotsi (-01/61,5) 170 kg (78+92) 226,127 p. **Sarja 71 kg:** 1. Gude Line Tanska (-88/70,5) 214 kg (92+122) 263,095 p., 2. Årdalsbakke Marit Norja (-92/67,8) 204 kg (92+112) 256,181 p., 3. Ylisoini Janette Suomi (-06/70,45) 203 kg (92 N17SE/PE/N20SE/N23SE+111) 249,666 p., 4. Tolstrup Laura Tanska (-97/70,25) 200 kg (90+110) 246,348 p., 5. Lejon Linnea Ruotsi (-95/66,65) 192 kg (87+105) 243,443 p, 6. Reyenheim Maibrit Färsaaret (-96/69,65) 181 kg (81+100) 223,972 p., 7. Cederholm Alva Ruotsi (-99/70,7) 178 kg (83+95) 218,508 p. **Sarja 76 kg:** 1. Selin Jutta Suomi (-99/72,4) 205 kg (89+116) 248,562 p., 2. Christensen Maiken Buch Tanska (-98/72,4) 191 kg (82+109) 231,587 p., 3. Viiri Nita Suomi (-93/72,0) 189 kg 189 kg (83+106) 229,815 p., 4. Schanche Melissa Norja (-89/73,5) 188 kg (86+102) 226,213 p., Pedersen Mette Fasmila Tanska (-93/73,6) – (81+0). **Sarja 81 kg:** 1. Rönn Ida Ruotsi (-97/79,0) 210 kg (94+116) 244,13 p., 2. Andreasen Clara Jul Tanska (-97/77,5) 209 kg (94+115) 245,116 p., 3. Kalland Lone Norja (-92/80,6) 192 kg (82+110) 221,218 p., 4. Andersson Lisa Ruotsi (-97/79,0) 185 kg (80+105) 215,067 p., 5. Immonen Jenni Suomi (-03/76,55) 184 kg (82+102) 217,051 p. **Sarja 87 kg:** 1. Storm Veronika Tanska (-98/84,6) 198 kg (87+111) 223,509 p., 2. Junhov-Rindberg Paula Ruotsi (-88/83,7) 197 kg (89+108) 223,357 p., 3. Buhtin Aleksandra Suomi (-93/85,6) 174 kg (78+96) 195,491 p.
Miehet: Sarja 55 kg: 1. Lodin Carl Ruotsi (-95/54,9) 202 kg (90+112) 313,984 p., 2. Ollonen Kai Suomi (-08/50,95) 156 kg (66+90) 257,09 p. **Sarja 73 kg:** 1. Ahlm Victor Ruotsi (-96/73,0) (100+130) 295,71 p. **Sarja 81 kg:** 1. Börjesson David Ruotsi (-93/80,7) 275 kg (124+151) 334,923 p., 2. Räsänen Jonathan Suomi (-94/80,65) 268 kg (120+148) 326,5 p., 3. Kouhia Mikael Suomi (-95/80,85) 265 kg (120+145) 322,44 p. **Sarja 89 kg:** 1. Pålsson Jan-Philip Ruotsi (-93/88,35) 297 kg (136+161) 346,396 p., 2. Knudsen Rasmus Tanska (-97/88,9) 288 kg (127+161) 334,97 p., 3. Peltokangas Antti Suomi (-95/88,9) 288 kg (125+163) 334,97 p., 4. Olsson Ivar Ruotsi (-94/89,0) 287 kg (130+157) 333,64 p., 5. Robertsson Daniel Islanti (-91/87,2) 263 kg (123+140) 308,565 p. **Sarja 96 kg:** 1. Darville Simon Tanska (-93/95,55) 316 kg (146+170) 356,55 p., 2. Vilagi Christopher Ruotsi (-95/94,6) 294 kg (134+160) 333,057 p., 3. Palomäki Mika Suomi (-82/95,4) 280 kg M40SE (120+160 M40SE) 316,128 p. **Sarja 102 kg:** 1. Reza-

zadeh Rebin Suomi (-95/100,7) 295 kg (130+165) 326,282 p. **Sarja 109 kg:** 1. Diakovasilis Jacob Tanska (-96/107,4) 307 kg (138+169) 332,16 p., 2. Heikkinen Jani Suomi (-94/105,65) 299 kg (136+163) 325,242 p., 3. Wiena Matias Suomi (-94/103,5) 291 kg (136+155) 318,749 p. **Sarja +109 kg:** 1. Keskitalo Hanno Suomi (-03/137,0) 312 kg (145+167) 318,315 p.

Maiden pisteet:

Naiset: 1. Tanska 40, 2. Suomi 36, 3. Norja 31, 4. Ruotsi 31, 5. Färsaaret 1.

Miehet: 1. Suomi 45, 2. Ruotsi 36, 3. Tanska 19, 4. Islanti 4.

20- JA 23-VUOTIAIDEN EM-KILPAILUT DÜRRES, ALBANIA 13.–25.10.2022

20-v. naiset: Sarja 55 kg: 10. Viivi Körkkö Suomi (-02/54,85) 145 kg (63+82) 208,055 p. **Sarja 59 kg:** 7. Inka Tiainen Suomi (-05/58,85) 165 kg N17SE (73+92 N17/20SE) 225,733 p., 8. Vilma Väisänen Suomi (-02/58,65) 158 kg (71+87) 216,638 p. **Sarja 64 kg:** 7. Jannike Bäckström Suomi (-03/63,40) 184 kg (83+101) 240,229 p., 15. Olivia Kononen Suomi (-04/64,00) 147 kg (64+83) 190,842 p. **Sarja 71 kg:** Janette Ylisoini Suomi (-06/70,25) – (86+-). **Sarja 76 kg:** 10. Jenni Immonen Suomi (-03/74,10) 184 kg (84+100) 220,504 p.

23-v. naiset: Sarja 55 kg: 4. Anette Kirkanen Suomi (-00/54,85) 165 kg N23SE (77 NSE/23SE+88) 236,752 p., 5. Siri Sytelä Suomi (-00/54,90) 163 kg (73+90) 233,733 p. **Sarja 59 kg:** 6. Ronja Leppiaho Suomi (-00/58,75) 163 kg (73+90) 223,245 p. **Sarja 64 kg:** 6. Ilona Teittinen Suomi (-01/63,75) 168 kg (72+96) 218,615 p. **Sarja 76 kg:** 2. Jutta Selin Suomi (-99/73,00) 201 kg (91+110) 242,689 p. **Sarja 81 kg:** 6. Sofia Rönkkö Suomi (-99/76,45) 170 kg (75+95) 200,66 p.

20-v. miehet: Sarja 61 kg: 5. Joona Viitasaari Suomi (-04/60,30) 207 kg M20/23SE (92 M20/23SE+115 M20/23SE) 300,502 p. **Sarja 73 kg:** 15. Eetu Hautaniemi Suomi (-05/72,45) 240 kg (108+132) 309,913 p., 16. Juuso Kokko Suomi (-04/71,20) 231 kg (106+125) 301,336 p. **Sarja 89 kg:** 12. Juuso Hartikainen Suomi (-02/88,40) 267 kg (117+150) 311,327 p. **Sarja 102 kg:** 7. Sakari Pietarinen Suomi (-03/98,90) 286 kg M20SE (130 M20SE+156 M20SE) 318,438 p. **Sarja +109 kg:** 6. Hanno Keskitalo Suomi (-03/138,45) 314 kg (149 M20SE+165) 319,822 p.

23-v. miehet: Sarja 89 kg: 6. Max Barkman Suomi (-99/86,25) 277 kg (122+155) 326,634 p. **Sarja 96 kg:** 11. Joonas Hasu Suomi (-99/95,40) 260 kg (110+150) 293,548 p. **Sarja +109 kg:** 9. Matias Tuovinen Suomi (-01/144,50) 329 kg M23SE (147+182 M23SE) 333,086 p.

Kaikki tulokset: https://ewf.sport/wp-content/uploads/2022/10/RESULT-BOOK-Durres-2022.pdf

JUNIORI CUPIN LOPPUHUIPENTUMA ROVANIEMI 29.10.2022

Tytöt 12-v.: 1. Ruska Hirttiö PuKa (-10/28,40) 72 kg (32+40) 189,915 p., 2. Wilhelmina Juntto OAK (-11/32,20) 75 kg (33+42) 172,170 p., 3. Inari Salmi OAK (-10/39,90) 65 kg (28+37) 120,662 p., 4. Ninni Imponen RoRe (-12/37,70) 54 kg (23+31) 105,713 p., 5. Moona Marjeta RoRe (-11/36,60) 52 kg (22+30) 104,753 p., 6. Aino Eerikäinen Herakles (-11/48,40) 60 kg (27+33) 94,485 p., 7. Wera Juntto OAK (-12/48,60) 47 kg (20+27) 73,774 p.

Juniori Cupin loppupisteet: 1. Aino Eerikäinen Herakles 33, 2. Wilhelmina Juntto OAK 31, 3. Ruska Hirttiö PuKa 28, 4. Ninni Imponen RoRe 26, 5. Inari Salmi OAK 24, 6. Moona Marjeta RoRe 12, 7. Wera Juntto OAK.

Tytöt 16-v.: 1. Saara Postila OAK (-06/51,60) 123 kg (53+70) 184,443 p., 2. Mona Herva OAK (-06/64,40) 139 kg (62+77) 179,789 p., 3. Matilda Jauhojärvi OAK (-06/56,80) 128 kg (58+70) 179,293 p., 4. Pinja Eskelinen OAK (-09/43,30) 98 kg (44+54) 169,155 p., 5. Jenna Timonen-Nissi OAK (-07/71,20) 138 kg (60+78 T15SE) 168,779 p., 6. Stina Vaara OAK (-09/51,50) 97 kg (40+57) 145,665 p. Kaisa Rautio OAK (-07/63,70) – (68+-). Ulkop. Liisa Niva OAK (-08/62,80) 138 kg (60+78) 181,212 p.

Juniori Cupin loppupisteet: 1. Pinja Eskelinen OAK 35, 2. Saara Postila OAK 30, 3. Matilda Jauhojärvi OAK 29, 4. Jenna Timonen-Nissi OAK 28, 5. Mona Herva OAK 26, 6. Stina Vaara OAK 25, 7. Kaisa Rautio OAK 20.

Pojat 12-v.: 1. Torbjørn Russell OAK (-10/37,90) 110 kg (48+62) 236,908 p., 2. Tuisku Hirttiö PuKa (-10/34,00) 74 kg (33+41) 178,362 p., 3. Charger Lindholm KPS (-10/40,90) 86 kg (39+47) 171,945 p., 4. Teemu Mitrunen Herakles (-10/52,50) 96 kg (44+52) 154,471 p., 5. Ukko Russell OAK (-11/42,70) 79 kg (32+47) 151,700 p., 6. Eino Lautamo RoRe (-12/31,30) 55 kg (25+30) 145,186 p., 7. Åke Pimiä ÄH (-10/45,90) 64 kg (29+35) 115,161 p.

Juniori Cupin loppupisteet: 1. Torbjørn Russell OAK 40, 2. Teemu Mitrunen Herakles 34, 3. Åke Pimiä ÄH 29, 4. Charger Lindholm KPS 28, 5. Ukko Russell OAK 28, 6. Tuisku Hirttiö PuKa 23, 7. Eino Lautamo RoRe 22.

Pojat 16-v.: 1. Kai Ollonen OAK (-08/50,30) 138 kg (60+78) 229,810 p., 2. Elias Mäkitalo OAK (-07/65,00) 154 kg (71+83) 212,545 p., 3. Lenni Teurajärvi OAK (-06/69,90) 152 kg (65+87) 200,469 p., 4. Hugo Gröhn OAK (-08/67,80) 145 kg (65+80) 194,836 p., 5. Touko Huhtimäki TP (-07/75,30) 138 kg (59+79) 174,355 p., 6. Ukko Minkkinen TaSi (-08/55,20) 109 kg (48+61) 168,729 p., 7. Peetu Akujärvi OAK (-09/70,40) 125 kg (55+70) 164,157 p., 8. Alex Koivuranta OAK (-09/50,90) 95 kg (43+52) 156,686 p., 9. Pekka Teivaala KPS (-08/49,90) 81 kg (36+45) 135,773 p.

Juniori Cupin loppupisteet: 1. Kai Ollonen OAK 40, 2. Elias Mäkitalo OAK 38, 3. Ukko Minkkinen TaSi 32, 4. Touko Huhtimäki TP 31, 5. Lenni Teurajärvi OAK 28, 6. Peetu Akujärvi OAK 25, 7. Hugo Gröhn OAK 24, 8. Alex Koivuranta OAK 24.9. Pekka Teivaala KPS 21.

17- JA 20-VUOTIAIDEN PM-KILPAILUT GARDABÄR, ISLANTI 12.–13.11.2022

Tytöt 17-v.: Sarja 55 kg: 2. Iiris Savolainen FIN (-06/51,35) 130 kg (58+72) 195,645 p., 3. Matilda Jauhojärvi FIN (-06/53,70) 129 kg (58+71) 187,895 p., 4. Saara Postila FIN (-06/50,20) 123 kg (58+65) 188,297 p. **Sarja 59 kg:** 2. Inka Tiainen FIN (-05/58,95) 169 kg T17/N20SE (76 T17SE+93 T17/N20SE) 230,949 p. **Sarja 64 kg:** 2. Kaisa Rautio FIN (-07/63,40) 154 kg (69+85) 201,061 p. **Sarja 71 kg:** 1. Janette Ylisoini FIN (-06/70,40) 192 kg (85+107) 236,226 p. Minni Hormavirta FIN (-08/69,10) – (-+0) **Sarja 76 kg:** 5. Iina Heikkilä FIN (-07/72,15) 137 kg (60+77) 166,407 p., 7. Jenna Timonen-Nissi FIN (-07/71,10) 130 kg (60+70) 159,112 p.

Joukkueet: 1. Suomi 31.

Naiset 20-v.: Sarja 55 kg: 2. Viivi Körkkö FIN (-02/54,75) 146 kg (62+84) 209,758 p. **Sarja 59 kg:** 1. Vilma Väisänen FIN (-02/58,60) 153 kg (69+84) 209,9 p., 3. Jessica Parhiala FIN (-03/58,85) 134 kg (61+73) 183,323 p. **Sarja 64 kg:** 2. Jannike Bäckström FIN (-03/63,60) 184 kg (82+102) 239,774 p., 5. Olivia Kononen FIN (-04/63,90) 158 kg (70+88) 205,314 p. **Sarja 71 kg:** 1. Aino Luostarinen FIN (-03/67,50) 196 kg (84+112) 246,745 p.

Joukkueet: 2. Suomi 30.

Pojat 17-v. : Sarja 55 kg: 2. Kai Ollonen FIN (-08/50,50) 158 kg (68+90) 262,266 p. **Sarja 73 kg:** 4. Veikko Ojala FIN (-06/71,15) 202 kg (91+111) 263,615 p. **Sarja 81 kg:** 1. Eetu Hautaniemi FIN (-05/79,50) 257 kg P17PE,SE/M20SE (117 P17PE,-SE/M20/23SE+140 P17PE,SE) 315,413 p., 6. Julius Viio FIN (-07/79,40) 201 kg (84+117) 246,845 p. **Sarja 89 kg:** Miro Manderbacka FIN (-05/86,75) – (-+0). **Sarja 96 kg:** 1. Jonne Akujärvi FIN (-05/94,85) 265 kg (122+143) 299,886 p.

Joukkueet: 4. Suomi 18.

Miehet 20-v.: Sarja 61 kg: 1. Joona Viitasaari FIN (-04/60,75) 209 kg M20/23SE (93 M20/23SE+116 M20/23SE) 301,841 p. **Sarja 73 kg:** Juuso Kokko FIN (-04/72,45) – (-+0). **Sarja 81 kg:** 5. Ilmari Korpela FIN (-03/80,00) 240 kg (110+130) 293,599 p., 7. Onni Ruoho FIN (-04/80,00) 224 kg (105+119) 274,026 p. **Sarja 89 kg:** 4. Markus Helin FIN (-02/89,00) 221 kg (95+126) 256,915 p. **Sarja 102 kg:** 2. Sakari Pietarinen FIN (-03/100,25) 284 kg (131 M20SE +153) 314,628 p.

Joukkueet: 3. Suomi 17.

Kaikki tulokset: https://results.lsi.is/meet/nordurlandamot-u20-og-u17-2022

SPNL:N SEURAJOUKKUEKILPAILU 2022

Mestaruussarja: 1. Ounasvaaran Atleetti Klubi I 5050,939p. (1763,184+1514,928+1772,756), 2. Rovaniemen Reipas 4958,972p. (1703,766+1567,928+1687,278), 3. Tampereen Pyrintö 4679,096p. (1533,166+1567,337+1578,593), 4. Ounasvaaran Atleetti Klubi II 4524,012p. (1337,890+1707,090+1479,032), 5. Turun Atleettiklubi 4375,424p. (1542,707+1445,467+1387,250), 6. Puntti-Karhut 4360,754p. (1329,944+1494,227+1536,008).
Ykkössarja: 1. Lohja-Lifting 3026,256p. (994,036+1007,740+1024,480), 2. Kalajoen Junkkarit 2851,778p. (944,763+84,764+922,251), 3. Ounasvaaran Atleetti Klubi I 2497,557p. (881,589+856,239+759,729), 4. Ounasvaaran Atleetti Klubi II 2170,043p. (735,801+625,514+808,728), 5. Raution Kisailijat 1671,708p. (735,801+625,514+0), 6. Lempäälän Kisa 750,097p. (0+0+750,097).
Nuorisosarja: 1. Ounasvaaran Atleetti Klubi I 2748,586p. (868,229+923,152+957,205), 2. Ounasvaaran Atleetti Klubi II 2676,303p. (755,033+898,103+1023,197), 3. Ounasvaaran Atleetti Klubi III 2606,603p. (710,906+928,132+967,565), 4. Puntti-Karhut 2530,512p. (580,695+895,153+1054,664), 5. Tampereen Pyrintö 2395,525p. (804,007+788,878+802,640), 6. Ounasvaaran Atleetti Klubi IV 2109,764p. (612,822+709,578+787,244), 7. Äänekosken Huima 1929,845p. (669,243+678,002+582,600), 8. Kaljoen Junkkarit 1440,618p. (605,534+835,084+09, 9. Tampereen Pyrintö II 1224,520p. (570,924+653,596+0), 10. Lempäälän Kisa 474,111p. (0+0+474,111).

SEURAJOUKKUEIDEN SM-LOPPUOTTELU TAMPERE 26.11.2022

Lopputulokset: 1. Ounasvaaran Atleetti Klubi I 1756,490 p., 2. Rovaniemen Reipas 1713,743 p., 3. Tampereen Pyrintö 1581,003 p., 4. Puntti-Karhut 1470,720 p., 5. Ounasvaaran Atleetti Klubi II 1415,276 p.
Joukkuekohtaiset tulokset: 1. Ounasvaaran Atleetti Klubi I: Viivi Körkkö OAK I (-02/54,85) 145 kg (63+82) 225,54 p., Hanno Keskitalo OAK I (-03/137,1) 316 kg (147+169) 322,358 p., Juho Seipäjärvi OAK I (-91/83,9) 280 kg (120+160) 334,514 p., Hannes Keskitalo OAK I (-96/108,15) 358 kg SE (156 SE+202 SE) 386,482 p., Kaisa Rautio OAK I (-07/63,5) 151 kg (68+83) 211,623 p., Aino Luostarinen OAK I (-03/66,55) 203 kg (88+115) 275,972 p. 2. Rovaniemen Reipas 1713,743 p.: Jannike Bäckström RoRe (-03/65,0) 187 kg (84+103) 258,091 p., Timi Niemelä RoRe (-03/67,1) 201 kg (88+113) 271,839 p., Rebin Rezazadeh RoRe (-95/104,85) 299 kg (130+169) 326,069 p., Antti Peltokangas RoRe (-95/91,5) 300 kg (129+171) 344,581 p., Ronja Leppiaho RoRe (-00/59,85) 168 kg (75+93) 245,168 p., Anni Vuohijoki RoRe (-88/65,95) 196 kg (86+110) 267,996 p. 3. Tampereen Pyrintö 1581,003 p.: Jessica Selin TP (-05/57,85) 109 kg (45+64) 162,973 p., Eliel Jännes TP (-07/77,85) 216 kg P15SE (95+121 P15SE) 268,024 p., Lauri Tuovinen TP (-90/118,5) 306 kg (134+172) 321,811 p., Roni Peltonen TP (-98/103,8) 325 kg (140+185) 355,637 p., Pihla Säynäjäkangas TP (-96/66,9) 153 kg (67+86) 207,311 p., Jutta Selin TP (-99/72,2) 205 kg (91+114) 265,247 p. 4. Puntti-Karhut 1470,720 p.: Sara Lindén PuKa (-08/65,1) 140 kg (63+77) 193,031 p., Veikko Ojala PuKa (-06/70,65) 202 kg (90+112) 264,718 p., Joona Viitasaari PuKa (-04/60,8) 204 kg (94 M20/23SE+110) 294,452 p., Eetu Hautaniemi PuKa (-05/80,4) 253 kg (118 M17/20/23SE+M17PE+135) 308,714 p., Olivia Kononen PuKa (-04/64,7) 160 kg (71+89) 221,492 p., Tiia Ojakoski PuKa (-90/70,9) 144 kg (64+80) 188,315 p. 5. Ounasvaaran Atleetti Klubi II 1415,276 p.: Matilda Jauhojärvi OAK II (-06/53,6) 132 kg (58+74) 208,983 p., Kai Ollonen OAK II (-08/50,65) 160 kg (68+92 P15SE) 264,946 p., Valtteri Raudasoja OAK II (-04/77,4) 201 kg (91+110) 250,183 p., Jonne Akujärvi OAK II (-05/95,2) 255 kg (115+140) 288,144 p., Saara Postila OAK II (-06/51,8) 127 kg (57+70) 206,537 p., Johana Husa-Russell OAK II (-72/57,0) 130 kg (60+70) 196,483 p.

MASTERS MM-KILPAILUT ORLANDO, YHDYSVALLAT 1.–10.12.2022

N65: Sarja 55 kg: 1. Assi Koivisto-Allonen FIN PorPa (-57/53,35) 73 kg (30+43 N65SE) 200,090 SHMF-pistettä.
N45: Sarja 59 kg: 3. Laura Majander FIN LPN (-74/58,66) 136 kg (61+75) 240,151 p.
Naiset, joukkuekilpailu: 4. Suomi 51.
M75: Sarja 73 kg: 1. Timo Koivunen FIN PieVo (-47/72,20) 116 kg (56+60) 317,743 p. **Sarja 81 kg:** 2. Heikki Niemelä FIN KJ (-47/78,17) 103 kg (45+58) 269,982 p.
M70: Sarja 73 kg: 3. Lasse Törmikoski FIN OP (-49/72,91) 116 kg (56+60) 299,089 p.
Miehet, joukkuekilpailu: 5. Suomi 76.
Täydelliset tulokset: https://storage.googleapis.com/production-ipower-v1-0-4/354/1018354/vixoE8Rk/accb2f051dd74fefbf9cf71c06fff7b6?fileName=2022%20World%20Masters-%20Final%20Results%20Book.pdf

MM-KILPAILUT BOGOTÁ, KOLUMBIA 5.–16.12.2022

Naiset: 45 kg: 1) Miss Thanyathon Sukcharden Thaimaa 182 (82+100), 2) Miss Siriwimon Pramongkhol Thaimaa 180 (78+102), 3) Manuela Berrio Kolumbia 170 (77+93), 4) My Phuong Khong Vietnam 163 (76+87), 5) Cicely Kyle Yhdysvallat 162 (71+91), 6) Emily Rosa Brasilia 158 (71+87). **49 kg:** 1) Huihua Jiang Kiina 206 (93+113), 2) Chanu Mirabai Intia 200 (87+113), 3) Zhihui Hou Kiina 198 (89+109), 4) Mihaela Cambei Romania 194 (90+104), 5) Hayley Reichardt Yhdysvallat 194 (84+110), 6) Nina Sterckx Belgia 193 (89+104). **55 kg:** 1) Hidilyn Diaz Filippiinit 207 (93+114), 2) Rosalba Morales Kolumbia 199 (89+110), 3) Ana Lopez Meksiko 198 (90+108), 4) Andreea Cotruta Romania 194 (87+107), 5) Shayla Moore Yhdysvallat 194 (86+108), 6) Nigora Abdullajeva Uzbekistan 192 (86+106). **59 kg:** 1) Yenny Alvarez Kolumbia 234 (101+133), 2) Hsing-Chun Kuo Taiwan 232 (102+130), 3) Maude Charron Kanada 231 (103+128), 4) Shifang Luo Kiina 230 (101+129), 5) Xiamin Luo Kiina 229 (103+126), 6) Kamila Konotop Ukraina 223 (101+121), ... 21) Saara Retulainen Suomi 202 (88+114). **64 kg:** 1) Xinyi Pei Kiina 233 (105+128), 2) Rattawan Wamalun Thaimaa 227 (101+126), 3) Nathalia Llamosa Kolumbia 224 (101+123), 4) Ana Duran Meksiko 221 (99+122), 5) Julieth Rodriquez Kolumbia 220 (99+121), 6) Sarah Cochrane Australia 211 (98+113), ... 13) Anni Vuohijoki Suomi 193 (87+106). **71 kg:** 1) Loredana Toma Romania 256 (119 ME+137), 2) Tiantian Zeng Kiina 253 (113+140), 3) Angie Palacios Ecuador 252 (116+136), 4) Guifang Liao Kiina 250 (110+140), 5) Olivia Reeves Yhdysvallat 245 (106+139), 6) Mari Sanchez Kolumbia 244 (111+133), ... 28) Janette Ylisoini Suomi 203 (93+110), 31) Jutta Selin Suomi 197 (89+108). **76 kg:** 1) Sara Ahmed Egypti 261 (113+148), 2) Martha Rogers Yhdysvallat 247 (109+138), 3) Suhyeon Kim Etelä-Korea 245 (108+137), 4) Hellen Escobar Kolumbia 242 (107+135), 5) Bella Paredes Ecuador 238 (108+130), 6) Kelin Jimenez Ecuador 237 (105+132). **81 kg:** 1) Xiaomei Liang Kiina 270 (118+152), 2) Zhouyu Wang Kiina 266 (115+151), 3) Tamara Salazar Ecuador 262 (114+148), 4) Iryna Deha Ukraina 260 (122+138), 5) Neisi Dajomes Ecuador 258 (117+141), 6) Alina Marushtshak Ukraina 256 (119+137). **87 kg:** 1) Solfrid Koanda Norja 260 (113+147), 2) Eileen Cikamatana Australia 249 (109+140), 3) Tursunoy Jabborova Uzbekistan 241 (112+129), 4) Hripsime Hurshudjan Armenia 238 (108+130), 5) Samar Hussein Egypti 234 (104+130), 6) Anastasia Manijevska Ukraina 233 (104+129). **Yli 87 kg:** 1)

Wenwen Li Kiina 311 (141+170), 2) Emily Campbell Britannia 287 (122+165), 3) Duangaksorn Chaidee Thaimaa 286 (126+160), 4) Sarah Robles Yhdysvallat 282 (127+155), 5) Younghee Son Etelä-Korea 280 (121+159), 6) Halima Abbas Egypti 275 (122+153).
Maiden väliset pisteet: 1) Kiina 750, 2) Yhdysvallat 609, 3) Kolumbia 608, 4) Ecuador 481, 5) Meksiko 432, 6) Thaimaa 345, … 41) Suomi 47.
Miehet: 55 kg: 1) Theerapong Silachai Thaimaa 265 (117+148), 2) Son Dinh Ngo Vietnam 260 (117+143), 3) Yongho Kim Etelä-Korea 260 (115+145), 4) Arli Tshontei Kazakstan 259 (118+141), 5) Miguel Suarez Kolumbia 248 (105+143), 6) Angel Rusev Bulgaria 247 (106+141). **61 kg:** 1) Fabin Li Kiina 312 (137+175 ME), 2) Eko Yuli Irawan Indonesia 300 (135+165), 3) Yueji He Kiina 296 (136+160), 4) Sergio Massidda Italia 293 (135+158), 5) Ricko Saputra Indonesia 293 (132+161), 6) Mr. Teerapat Chomchuen Thaimaa 292 (128+164). **67 kg:** 1) Francisco Mosquera Kolumbia 325 (143+182), 2) Lijun Chen Kiina 324 (148+176), 3) Weeraphon Wichuma Thaimaa 323 (143+180), 4) Fehmi Genc Turkki 322 (140+182), 5) Jair Reyes Ecuador 316 (140+176), 6) Sangyeon Lee Etelä-Korea 314 (136+178). **73 kg:** 1) Rahmat Abdullah Indonesia 352 (152+200 ME), 2) Rizki Juniansyah Indonesia 347 (155+192), 3) Aleksei Tshurkin Kazakstan 343 (153+190), 4) Bozhidar Andreev Bulgaria 338 (154+184), 5) Masanori Miyamoto Japani 337 (150+187), 6) Suttipong Jeeram Thaimaa 333 (151+182). **81 kg:** 1) Dayin Li Kiina 372 (171+201), 2) Rejepbay Rejepov Turkmenistan 366 (164+202), 3) Woo Jae Kim Etelä-Korea 357 (162+195), 4) Marin Robu Romania 351 (161+190), 5) Oscar Reyes Italia 351 (155+196), 6) Andres Caicedo Kolumbia 345 (148+197). **89 kg:** 1) Keydomar Vallenilla Venezuela 385 (175+210), 2) Brayan Rodallegas 381 (170+211), 3) Huanhua Liu Kiina 381 (166+215), 4) Kianoush Rostami Iran 380 (174+206), 5) Nathan Damron Yhdysvallat 370 (167+203), 6) Olfdes Saez Kuuba 362 (161+201). Karlos Nasar Bulgaria työntö 220 ME. **96 kg:** 1) Lesman Paredes Bahrain 397 (185+212), 2) Nurgissa Adiletuly Kazakstan 383 (174+209), 3) Jhor Moreno Kolumbia 380 (171+209), 4) Romain Imadouchene Ranska 378 (165+213), 5) Sarat Sumpradit Thaimaa 373 (167+206), 6) Hakob Mkrttshjan Armenia 368 (163+205). **102 kg:** 1) Fares Elbakh Qatar 391 (174+217), 2) Reza Dehdar Iran 390 (177+213), 3) Samvel Gasparjan Armenia 389 (175+214), 4) Bekdoolot Rasubekov Kirgisia 388 (171+217), 5) Irakli Tshkheidze Georgia 387 (174+213), 6) Artjom Antropov Kazakstan 385 (163+222). **109 kg:** 1) Ruslan Nurudinov Uzbekistan 397 (177+210), 2) Giorgi Tshkheidze Georgia 389 (170+219), 3) Rafael Cerro Kolumbia 388 (174+214), 4) Mehdi Karami Iran 386 (176+210), 5) Aymen Bacha Tunisia 386 (175+211), 6) Bing-Cheng Dong Taiwan 378 (167+211), ... 14) Hannes Keskitalo Suomi 345 (150+195).
Yli 109 kg: 1) Lasha Talakhadze Georgia 466 (215+251), 2) Gor Minasjan Bahrain 462 (212+250), 3) Varazdat Lalajan Armenia 461 (215+246), 4) Ali Davoudi Iran 449 (202+247), 5) Man Asaad Syyria 445 (198+247), 6) Abdelrahman Elsayed Egypti 433 (191+242).
Maiden väliset pisteet: 1) Kolumbia 620, 2) Georgia 528, 3) Kiina 507, 4) Kazakstan 479, 5) Thaimaa 412, 6) Etelä-Korea 391, … 50) Suomi 38.

Suomalaiset mastersnostajat saavuttivat toimintavuonna 32 EM-mitalia ja viisi MM-mitalia. Kuvassa joulukuussa Orlandossa käytyjen masters MM-kilpailujen kolme mitalistia: Heikki Niemelä (hopeaa), Assi Koivisto-Allonen (kultaa) ja Timo Koivunen (kultaa). (Kuva: Jorma Pallari)

Painotuotteet Lahest.

M&P PAINO

www.mp-paino.fi