



SUOMEN PAINONNOSTOLIITON VUOSIJULKAISU 2023

TEMPAUS



nni
39
ATT 2



Kilpaurheilun oheisvalmennuksen tulevaisuus on täällä.
Lisätiedot: optimalperformance.fi/optimal-sport-academy

KANNESSA
Minni Hormavirta
voittaa ylivoimaisesti
15-vuotiaiden
Euroopan mestaruuden
Chisinaussa.
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. 046 920 6103
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
2023

4 PUHEENJOHTAJALTA

6 HENKILÖT

6 Minni Hormavirta

8 KILPAILUT

- 8 Nuorten PM-kilpailut
- 13 PM-kilpailut
- 14 Nuorten kansainväliset arvokilpailut
- 15 Punttikarnevaalit
- 16 Juniori Cup
- 18 Meripäivänostot
- 24 SM-kilpailut
- 28 Raimo Turusen muistokilpailut

17 TÄHTISEURA

18 MASTERSPALSTA

- 18 Masters MM-kilpailut 2024
- 19 Masters EM-kilpailut
- 20 Masters MM-kilpailut

22 KAHVAKUULA

- 22 EM-kilpailut
- 23 SM-kilpailut

27 IN MEMORIAM

- 27 Raimo Turunen
- 29 Tauno Kare
- 29 Arvo Tölli

30 TOIMINTAKALENTERI

31 TULOSPÖRSSI

Menneen vuoden ajatuksia

Ensimmäinen vuosi SPNL:n puheenjohtajana on mennyt nopeasti ohi. Tehtävä on osaltaan vastannut odotuksiani työnjohtamisen, kokousten, kisa-matkojen ja kompromissien merkeissä, mutta eniten muistelen mielelläni jokaista kohtaamista teidän, painonnostoystävien, kanssa. Tavoitteenani oli olla jokaisessa ikäluokan SM-tapahtumassa ja se melkein toteutuikin. Kiitos, nostajat, valmentajat ja toimitsijat, mukavista juttutuokioista!

Suomalainen painonnosto porhaltaa eteenpäin talkoovoimin. Valtionapu pienenee vuosi vuodelta, tuleville vuosille hallitus karsii urheilun varoista ensin 2% (2024), sitten 5% (2025) ja lopuksi vuosina 2026 ja 2027 luvut ovat 9% ja 23% verrattuna vuoden 2023 tukeen. Numeroissa ne ovat 195 000 -> 191 000 -> 185 000 -> 177 000 -> 150 000.

Numerot saavat minut hiljaiseksi. Miten leikkaamme melkein neljänneksen tulopuolen budjetistamme? Juurihan totesin että talkoovoiminhan tässä eteenpäin mennään!



Asia on mietintämyssyn alla ja varma asia on, että johtokunta joutuu tulevaisuudessa tekemään tiukkoja päätöksiä, jotka eivät tule saamaan raikuvia aplodeja kentältä.

Olympiavuonna meidän on ehdottomasti hyödynnettävä lajin olympiastatus, jota on nyt jatkettu Los Angelesin 2028 nostoihin. Lajin panostus hyvään hallintoon ja dopingtestauksien ulkoistaminen ovat kasvattaneet luottamusta KOK:n silmissä. Tästä me olemme hyötäneet nimenomaan sillä, että suomalaisia nostajia – niin, NOSTAJIA! – on nähty useiden kansainvälisten kilpailujen palkintopalleilla. Yksi lempikuvani on nuorten EM-kilpailuista kun Janette ja Aino kättelevät toisiaan palkintopallilla.

Sitten tekoihin! Johtokunta kuuntelee rakentavia esityksiä ja yritämme saada ne toteutetuksi ja jalkautetuksi kentälle. Modernin urheilun kulmakivet sukupuolien tasa-arvo ja urheilijoiden äänivalta on meillä jo toteutettu kuten myös anti-dopingtyön ulkoistaminen. Työn alla ovat eettiset kysymykset sekä Hyvä Hallinto, joilla taataan kaikkien toimijoiden tasa-arvoisuus ja mahdollisuudet toimia sekä vaikuttaa lajissamme. Tulevan vuoden tavoitteeksi toivoisin kentältä idearikkautta erilaisten toimivien ratkaisujen löytämiseksi, jotta urheilijoiden tukeminen pystyttäisiin takaamaan.

Hyvää painonnostovuotta 2024 toivottaa Karoliina ■

Johtokuntaan valittiin uusia edustajia syysliittokokouksessa

Suomen Painonnostoliiton syyskokous pidettiin 27. syyskuuta. Helsingin Sporttitalolla ja etänä pidettyyn hybridokokoukseen osallistui 21 jäsenseuraa.

Liittojohtokunnan kaksivuotiskaudelle valittiin Juuso Tuulinen, Pasi Viereä, Ina Pajula sekä urheilijajäsenenä Väinö Suoniemi. Pajula on toiminut myös aiemmin johtokunnassa, ja Tuulinen on ollut varajäsenenä.

Johtokunnassa jatkavat puheenjohtaja Karoliina Lundahl sekä Tomi Tolsa, Heikki Keskitalo ja Sadia Noor-E.

Varajäseniksi valittiin Markku Inkeroinen ja Jyri Ruutu.

Kokouksessa hyväksyttiin Lohja-Liftingin esitys, jonka mukaan vanhan 2023 mukaisen tulosrajan ajalla 27.2.2023–22.10.2023 tehneet urheilijat pääsevät osallistumaan SM-kilpailuihin muiden 2024 tulosrajan tehneiden kanssa.

Lisäksi hyväksyttiin sääntömuutos esitys Hyvän hallinnon toimielimestä.

Kokoukseen osallistuivat seuraavat seurat: Lempäälän Kisa, Kuusankosken Kisa, Ounasvaaran Atleetti Klubi, Porlammin Pamaus, Oulun Pyrintö, Parkanon Puntti, Lake End Lifting, Äänekosken Huima, Kalajoen Junkkarit, Kurikan Puntti Klubi, Harjun Voima Jyväskylä, Herakles, Lift Me Up, Suomen kahvakuula, Puntti-Karhut, Yyteri Sandstorm, Turun Atleettiklubi, Rovaniemen Reipas, Kasitonniisen Urheilijat, Lohja-Lifting, Lohtajan Veikot ja Voimailuseura Bodonos.

TULOSRAJAT UUSIKSI

Ensi vuoden SM-kisojen tulosrajajärjestely uudistuu.

Tulosrajat 8.–10.3. Kalajoella käytäviin yleisen sarjan SM-kilpailuihin:

Miehet: 55 kg 158 kg, 61 kg 171 kg, 67 kg 181 kg, 73 kg 202 kg, 81 kg 228 kg, 89 kg 238 kg, 96 kg 245 kg, 102 kg 265 kg, 109 kg 268 kg, +109 kg 259 kg.

Naiset: 45 kg 108 kg, 49 kg 116 kg, 55 kg 126 kg, 59 kg 151 kg, 64 kg 158 kg, 71 kg 168 kg, 76 kg 157 kg, 81 kg 159 kg, 87 kg 162 kg, +87 kg 165 kg.

Tulosrajat 18.–19.5. Rovaniemellä käytäviin 15- ja 17-vuotiaiden SM-kilpailuihin:

Pojat (15/17): 49 kg 78 kg/86 kg, 55 kg 91 kg/99 kg, 61 kg 77 kg/91 kg, 67 kg 85 kg/118 kg, 73 kg 104 kg/146 kg, 81 kg 124 kg/155 kg, 89 kg 110 kg/139 kg, 96 kg 98 kg/159 kg, 102 kg 100 kg/151 kg, +102 kg 102 kg/121 kg.

Tytöt (15/17): 40 kg 44 kg/48 kg, 45 kg 57 kg/62 kg, 49 kg 65 kg/73 kg, 55 kg 72 kg/93 kg, 59 kg 68 kg/101 kg, 64 kg 89 kg/125 kg, 71 kg 94 kg/125 kg, 76 kg 76 kg/100 kg, 81 kg 61 kg/79 kg, +81 kg 63 kg/72 kg.

Tulosrajat 17.–18.8. Porissa käytäviin 20- ja 23-vuotiaiden SM-kilpailuihin:

Miehet (20/23): 55 kg 113 kg/133 kg, 61 kg 136 kg/157 kg, 67 kg 146 kg/169 kg, 73 kg 159 kg/183 kg, 81 kg 191 kg/211 kg, 89 kg 184 kg/212 kg, 96 kg 198 kg/228 kg, 102 kg 186 kg/214 kg, 109 kg 182 kg/217 kg, +109 kg 208 kg/247 kg.

Naiset (20/23): 45 kg 69 kg/78 kg, 49 kg 93 kg/107 kg, 55 kg 98 kg/124 kg, 59 kg 110 kg/130 kg, 64 kg 133 kg/153 kg, 71 kg 135 kg/156 kg, 76 kg 122 kg/155 kg, 81 kg 120 kg/138 kg, 87 kg 104 kg/129 kg, +87 kg 106 kg/119 kg.

Tulosrajat 7.7. Oriveden Rönnilällä käytäviin tempauksen ja työnnön SM-kilpailuihin:

Tytöt alle 17-vuotiaat 160 sinclair-pistettä, pojat alle 17-vuotiaat 240, naiset alle 20-vuotiaat 170, miehet alle 20-vuotiaat 280, naiset 200, miehet 320.

Tulosrajat 31.8. Helsingissä ja Kalajoen Rautiossa käytäviin Etelä- ja Pohjois-Suomen mestaruuskilpailuihin:

Miehet: 55 kg 125 kg, 61 kg 140 kg, 67 kg 165 kg, 73 kg 185 kg, 81 kg 205 kg, 89 kg 220 kg, 96 kg 230 kg, 102 kg 240 kg, 109 kg 250 kg, +109 kg 250 kg.

Naiset: 45 kg 70 kg, 49 kg 80 kg, 55 kg 95 kg, 59 kg 105 kg, 64 kg 115 kg, 71 kg 125 kg, 76 kg 135 kg, 81 kg 140 kg, 87 kg 145 kg, +87 kg 145 kg.

12.–14.4. sekä 4.–6.10. Kouvolan Kuusankoskella käytäviin masters SM-kilpailuihin on osanotto-oikeus urheilijoilla, jotka ovat tehneet kaksi virallista tilastotulosta tasoltaan vähintään piirikunnallisissa painonnostokilpailuissa edellisen vuoden SM-kilpailujen jälkeen ilmoittautumispäivään mennessä. ■

TEKSTI JARNO TIAINEN

KUVA VALMENTAJAKOULUTUS TASO II

Suomen Painonnostoliitto järjestää valtakunnallisesti ohjaaja- ja valmentajakoulutuksia, sekä voimaharjoittelun tekniikkapäiviä laadukkaalla ja ammattimaisella otteella.

Tulevat koulutukset löytävät liiton sivuilta osoitteesta: <https://painonnosto.fi/tapahtumat/kategoria/koulutukset/>

Painonnostoliitto kouluttaa

Painonnoston ohjaajakoulutus 1:

23.–24.3.2024	Helsinki, OPC
20.–21.4.2024	Oulu, CrossFit Routa
4.–5.5.2024	Tampere, Polte-sali
8.–9.6.2024	Helsinki, OPC
24.–25.8.2024	Helsinki, OPC
9.–10.11.2024	Helsinki, OPC

Koulutuksia tulossa myös seuraaville paikkakunnille vuonna 2024: Jyväskylä, Kurikka, Kuopio, Rovaniemi

Painonnoston ohjaajakoulutus 2:

15.–16.6.2024	Helsinki, OPC PNOK2
30.11.–1.12.2024	Helsinki, OPC PNOK2

Valmentajakoulutus I, Varala, Tampere:

Kevät 2024	
1. Lähijakso	1.–3.3.2024
2. Lähijakso	17.–19.5.2024
Syysy 2024	
1. Lähijakso	23.8.–25.8.2024
2. Lähijakso	1.11.–3.11.2024

Valmentajakoulutus taso II, Varala, Tampere:

3. Lähijakso	12.–14.1.2024
--------------	---------------

Seuraava kurssi alkaa:

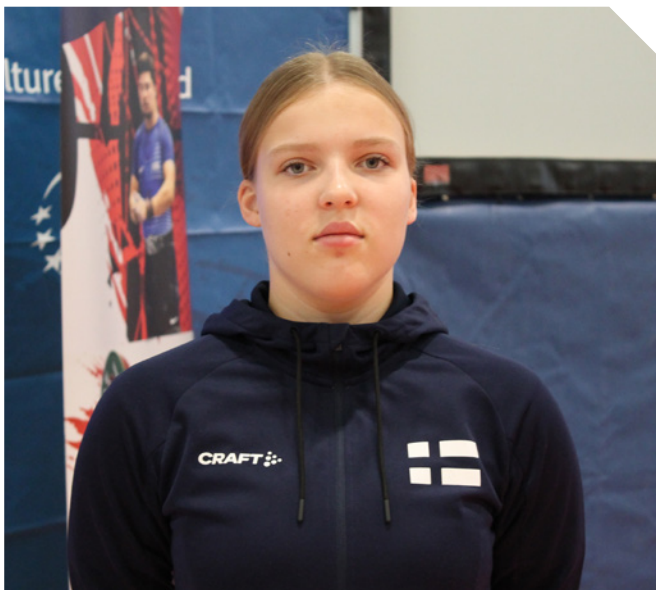
Lähijakso	22.8.–24.8.2025
-----------	-----------------

TEKSTI JAARLI PIRKKIÖ
 KUVA EWF, VIIVI RAUDASOJA JA
 JAARLI PIRKKIÖ



Minni Hormavirta työntää 108 kiloa ja voittaa 15-vuotiaiden Euroopan mestaruuden.

MINNI HORMAVIRTA tähyilee isoille lavoille



Minni Hormavirta tähyilee tulevaisuudessa olympialavoille.

Minni Hormavirta voitti heinäkuun alussa Moldovan pääkaupungissa Chisinaussa 15-vuotiaiden Euroopan mestaruuden tavalla, mikä ei ole jokapäiväistä suomalaisessa painonnostossa. Hän tiesi, että on ykkönen kun saa tempauksen ja työnnön aloituspainot hyväksytysti suorille käsille.

Hormavirta aloitti suorituksensa, kun muut olivat jo lopettaneet.

– No, saattoi se tilanne vähän jännittää. Aloituspaino pitää kuitenkin nostaa, vaikka se olisi kevyempi kuin normaalisti. Paljon helpotti, kun ensimmäinen tempaus onnistui, 15-vuotias lohjalainen muistelee harvinaista tilannetta.

Lohja-Liftingiä edustava superlahjakkuus mestaroi 71-kiloisissa tuloksin $85+108=193$ kiloa. Sillä lohkesi kolme kultamitalia. Toiseksi sijoittunut Bulgarian Maria Arnaudova jäi yhteistuloksessa 35 kilon päähän!

Hormavirta siis osasi odottaa menestystä, mutta viime vuonna Puolan Raszynissa mestaruus oli yllätys. Silloin rautaa nousi samassa sarjassa $75+90=165$ kiloa, joten kehitys on ollut paljonpuhuva.

JALKAPALLON KAUTTA PAINONNOSTOON

UUSI IKÄLUOKKA, SAMAT TAVOITTEET

20-vuotiaiden EM-kisat ovat kuitenkin tutussa paikassa Puolan Raszynissa, joten siellä on hyvä mitata kuntoa muutamaa vuotta vanhempia kilpakumppaneita vastaan - se kehittää.



Minni Hormavirta tositoimissa nuorten PM-lavalla marraskuussa Rovaniemellä.

Lohjalainen on Losin kisavuonna kaksikymppinen, joten rahkeet ja kokemus riittävät hyvinkin olympiata-solle kehityksen jatkuessa nykyisenä.

POHJOISMAIDEN
MESTARUUS VÄLIPALANA

Tämä haastattelu tehtiin Rovaniemellä, Lapin urheiluopiston isossa hallissa, jossa Minni Hormavirta oli edellisenä päivänä voittanut 17-vuotiaiden Pohjoismaiden mestaruuden 76 kilon sarjassa tuloksin 83+106=189 kiloa.

– Nyt alkaa peruskuntokausi. Seuraavan kerran noston yleisen sarjan SM-kilpailuissa maaliskuussa Kalajoella, Hormavirta suunnittelee. ■

TEKSTI JAARLI PIRKKIÖ

KUVA VIIVI RAUDASOJA JA TAPIO NYKÄNEN

Eetu Hautaniemi,
81-kiloisten mestari.



Skandinaavista painonnostojuhlaa Rovaniemellä - Suomelle kolme joukkuepokaalia nuorten PM-lavalla

Skandinaavista painonnostojuhlaa tarjottiin Lapin urheiluopistolla, Rovaniemellä marraskuussa, kun nuoret rautakourat kilvoittelivat 17- ja 20-vuotiaiden Pohjoismaiden mestaruuksista. Suomi voitti maiden välisen pistekilpailun 20-vuotiaissa miehissä, 17-vuotiaissa tytöissä sekä 17-vuotiaissa pojissa. Neljän pystin karkelot esti Norja, jonka 20-vuotiaat naiset keräsivät eniten pisteitä.

Suomi oli Ounasvaaran Atleetti Klubin ja Suomen Painonnostoliiton järjestämässä tapahtumassa mukana

komealla 39 urheilijan joukkueella. Kaksipäiväisessä painonnostojuhlassa urakoitiin ensimmäisenä päivänä 17-vuotiaiden painoluokat. Toisena päivänä tositoimissa olivat 20-vuotiaat.

Kullanhuuhdonta tuotti 14 kirkkainta lätkää. Palkintopallille nousi myös 12 hopeamitalistia ja kuusi pronssimitalistia.

Parhaat nostajat rankattiin uusilla Q-pisteillä – samat urheilijat tosin saatiin taitavimmiksi myös tutummilla sinclairpisteillä. 20-vuotiaiden miesten



Janette Ylisoini, 17-vuotiaiden tyttöjen paras.



Konsta Suoniemi, 20-vuotiaiden miesten paras.



Hanno Keskitalo, +109-kiloisten mestari.

ykkösurheilija oli Ounasvaaran Atleetti Klubin Konsta Suoniemi, 20-vuotiaiden naisten kisojen pohjoisin osallistuja, Norjan Tromssassa asuva Lea Berle Horne, 17-vuotiaissa miehissä Tanskan William Hichmann sekä 17-vuotiaissa naisissa Keravan Bodonoksen Janette Ylisoini.

PINJA ESKELINEN ALOITTI MESTARUUSJAHDIN

Ensimmäisen kilpailupäivän ensimmäinen suomalaismestari oli Ounasvaaran Atleetti Klubin Pinja Eskelinen, 14. Hän voitti 17-vuotiaiden sarjan 49 kiloa yhteistuloksella 125 kiloa (54+71). Työntö ja yhteistulos kirjattiin 17-vuotiaiden Suomen ja Pohjoismaiden ennätyksiksi sekä 15-vuotiaiden Suomen ennätyksiksi.

Varmana nostajana tunnettu Eskelinen teki painonnostajan unelman – kuuden putken – eli kaikki kuusi yritystä onnistuivat. Tempauksessa hän sivusi edellä mainittuja ennätyksiään.

– Halusin tehdä yhteistuloksen Pohjoismaiden ennätyksen, ja sen vuoksi otin tempauksen varman päälle, Eskelinen totesi.

Mestari harrasti aiemmin telinevoimistelua ja yleisurheilua.

– Voltin tekeminen onnistuu edelleen helposti, nuori painonnostaja vakuutti.

64-kiloisissa Ounasvaaran Atleetti Klubin Kaisa Rautio mestaroi henkilökohtaisella ennätyksellään 172 kiloa (76+96). Hopeaa nappasi 15-vuotiaiden EM-hopeamitalisti Ruotsin Freya Koskela 163 kilolla.

– Paransin neljä kiloa ennätystä, ja siihen olen tietysti tyytyväinen. Kis-



Joona Viitasaari, 67-kiloisten mestari.

avalmistelut menivät paremmin kuin koskaan aiemmin – vähän liian hyvin – ja se vähän jännitti. Onneksi kaikki sujui putkeen, Rautio, 16, tuumi.

JANETTE YLISOINI TUIKKI TÄHTENÄ

Avauspäivän odotetuin suoritus nähtiin 71-kiloisissa, jota hallitsi odotetusti Keravan Bodonoksen Janette Ylisoini, 17. Ja paljonpuhuva tuo suoritus olikin. Tempaus 102 kiloa ja työntö 118 merkitsivät 220 kilon yhteistulosta. Pohjoismaiden ja Suomen ennätyksiä syntyi tempauksessa ja yhteistuloksessa niin paljon, että ennätyskirjureiden kynät sauhuivat vilkkaasti.

Kovimpina ennätyksinä voidaan joka tapauksessa pitää yleisen sarjan Suomen ennätyksiä, jotka ovat perin har-

vinaisia juniorikisoissa.

– Kaksi viimeistä verryttelytempausta pyörähtivät yli, joten aloitin varmasti 96 kilosta. Siitä se homma lähti kulkemaan. Ennätykset olivat positiivisia yllätyksiä, sillä ne syntyivät kesken tiukan harjoituskauden. Ei ollut minikäänlaisia tavoitteita.

– Työntöönkin olen ihan tyytyväinen. Näissä PM-karkeloissa on mukava nostella, 17-vuotiaiden tyttöjen parhaana nostajana palkittu Ylisoini sanaili.

Tätä kirjoittaessa odottivat Qatarin gp-kilpailut joulukuussa. Niissä oli viimeinen mahdollisuus yrittää tempauksen 17-vuotiaiden maailmanennätystä, joka oli sillä hetkellä 103 kiloa.

Kaksoisvoiton 71-kiloisissa varmisti Ounasvaaran Atleetti Klubin Gerta Jürgensson, 17, tuloksella 171 kiloa (76+95).



Veikko Ojala, 73-kiloisten mestari.



Minni Hormavirta, 76-kiloisten mestari.



Eliel Jännes, 89-kiloisten mestari.

William Hichmann Madsen,
17-vuotiaiden poikien paras.Lea Berle Horne, 20-vuotiaiden naisten
paras.

Odotettu oli kultamitali myös sarjaa ylempänä 76-kiloisissa. Lohja-Liftingin Minni Hormavirta, 15, rutisti rutiinilla 189 kiloa (83+106).

– Ei ollut mitään tulostavoitteita, vaan täältä haettiin kultamitalia. Tulos on hyvä, kun huomioidaan, että olin viisi päivää kipeänä, ja pystyin sen jälkeen harjoittelemaan pari viikkoa ennen näitä kisoja, 15-vuotiaiden Euroopan mestari muistutti.

17-vuotiaiden EM-pronssimitalisti -tosin sarjassa 64 kiloa - Äänekosken Huiman Iita Kononen, 17, nappasi Hormavirran painoluokassa pronssia 166 kilolla (74+92).

KAI OLLONEN PISTI ENNÄTYKSIÄ ROMUKOPPAAN

Poikien kahdessa keveimmässä sarjassa Maamme-laulu soitettiin järjestävän seuran Ounasvaaran Atleetti Klubin nostajille. Torbjørn Russell, 13, voitti 49-kiloiset omalla ennätyksellään 134 kiloa (55+77). Kai Ollonen, 15,

hilasi 55-kiloisissa 188 kiloa (83+105).

– Oli hieno päästä edustamaan Suomea. Kaikki kisanostot onnistuivat. Työnnössä aloituspaino 70 kiloa nousi helposti, ja vaikein oli viimeinen 77 kiloa. Kun sain sen rinnalle, tiesin että vaikein työ oli tehty, ja ylöstyöntö sujui terävästi, kilpailujen nuorin mestari Torbjørn Russell totesi.

Tyttöjen keveimmän sarjan 45 kiloa mestari Tanskan Alberte Saugmann Schmidt on myös 13-vuotias, mutta kolmisen kuukautta rovaniemeläistä vanhempi. Molemmat pääsivät ikänsä puolesta ensimmäistä kertaa mestaruuskilpailuihin.

Ollonen paranteli Suomen ennätyksiä molemmissa nostomuodoissa ja kaikissa mahdollisissa ikäluokissa – jopa yleisessä sarjassa. Lisäksi tempaus, työntö ja yhteistulos ovat 17-vuotiaiden Pohjoismaiden ennätyksiä.

– Meni yli odotusten. Tämä oli ehdottomasti kauden paras kilpailuni, Ollonen hämmästelä itsekin unelmakisaa.

105 kiloa nousi työnnössä jo toisella

yrityksellä. Viimeisessä oli peräti 110 kiloa.

– No, se olisi ollut jo melkoista bonusta, voimalajista viehättynyt Ollonen täsmensi.

KAKSINKAMPPAILUT VÄRITTIVÄT KULTATAISTOJA

Porin Puntti-Karhujen Veikko Ojala, 17, sai 73-kiloisissa kirittäjän Ruotsin Vilgot Lutzista. Ruotsalainen johtikin tempauksen jälkeen kolme kiloa, mutta Ojala niittasi toisella työnnöllään 128 kiloa ja ohitti Lutzin yhteistuloksessa yhdellä kilolla. Ojalan voittotulokseksi kirjattiin 229 kiloa (101+128).

Mestaruuden varmistuttua Ojala yritti rohkeasti ennätyspainojaan 135 kiloa, joka painoi vielä tällä kertaa liikaa.

– Lähdin tempaukseen vähän löysästi, kun jouduin käyttämään aloituspainoon 99 kiloa kaksi yritystä. Yhteistulos ei ollut aivan sitä mitä hain, mutta mestaruus maistuu ja fiilis oli lavalla hyvä, Ojala viestitti.



Pinja Eskelinen, 49-kiloisten mestari.



Kaisa Rautio, 64-kiloisten mestari.

89-kiloisissa kehkeytyi kihelmöivä kaksintaistelu Tampereen Pyrinnön Eliel Jänneksen, 16, ja Ounasvaaran Atleetti Klubin Hannes Prännin, 17, välillä. Tiukassa kamppailussa vanhat henkilökohtaiset ennätykset sysättiin kerta toisensa jälkeen romukoppaan. Pränni lastautti kilpailuryhmän päätteeksi 146 kilon työntöraudat, jotka kuitenkin painoivat liikaa.

Jännes sivalsi mestariksi 255 kilolla (115+140), ja Prännille pujotettiin kaulaan hopeamitali 249 kilolla (110+139). Jänneksen ennätysparannus oli muhkeasti 10 kiloa.

– Tiesin, että olen ennätyskunnossa. Siitäkin huolimatta kisa sujui paremmin kuin etukäteen ajattelin. Odotin tuollaista 250 kiloa. Pääsen vielä ensi vuonna tähän ikäryhmään, joten EM-kisat ovat tavoitteena, Jännes tuumaili.

Kisojen paras poikanostaja Tanskan William Hichmann Madsen hallitsi 81-kiloisia yhteistuloksella 250 kiloa (114+136).

MAAMME-LAULU ALKUPERÄISKIELELLÄ

Toisena kilpailupäivänä tankoon tarttuivat 20-vuotiaat. 71-kiloisten ennakkosuosikki Rovaniemen Reippaan Jannike Bäckström, 20, oli mukana jo kaudensissa nuorten PM-kilpailuissaan. Odotettu kultamitali lohkesi tyylikäästi 185 kilolla (83+102).

– Sekä tulos että mestaruus tyydyttivät. Työnsin treeneissä 106 kiloa, ja lähellä se oli nytkin, Bäckström totesi.

Palkintojenjaossa Maamme-laulu kajahti alkuperäisen Johan Ludvig Runebergin sanoituksen mukaisesti voittajan äidinkielellä ruotsiksi.

– Se oli hieno hetki. Kolme vuotta sittenkin voitin mestaruuden, mutta silloin ruotsinkielistä versiota ei huo-



Jannike Bäckström, 71-kiloisten mestari.

mattu pyytää, Bäckström taustoitti.

20-vuotiaiden paras naisnostaja Norjan Lea Berle Horne pääsi suorittamaan kilpailujen viimeiset työntönostot. 76-kiloisten mestaruus matkasi Jäämeren rannalle, Pohjoismaiden suurimpaan napapiirin pohjoispuolella olevaan kaupunkiin yhteistuloksella 203 kiloa (89+114).

KYLMÄPUSSEJA TARVITTIIN KISAN JÄLKEEN

20-vuotiaissa miehissä kullanhuhdonnan aloitti Puntti-Karhujen väkevä kaksikko Joona Viitasaari-Eetu Hautaniemi. Nuoret miehet antoivat mestaruushaastattelut kylmähämmäselälle ja Hautaniemi polvelle.

Viitasaari mestaroi 67-kiloisissa yhteistuloksella 225 kiloa (104+121). Tempauksessa parani 20-vuotiaiden Suomen ennätys toisella yrityksellä

eikä 106 kiloakaan ollut yrityksenä paha.

– Selkään vihlaasi viimeisessä tempauksessa. Hermoa alkoi painaa ikävästi, ja työntö oli melkoista tuskaa. Onneksi sain tuloksen aloituspainolla.

– Mestaruus ja 104 kilon tempaus olivat tänään tavoitteena, Viitasaari, 19, totesi.

Suomen kaksoisvoiton varmisti Heraklesin Arttu Isosaari, 19, tuloksella 177 kiloa (82+95).

Hautaniemi voitti 81-kiloiset 271 kilolla (124+147), joka tuli aloituspainolla. Tempauksessa nousi 20-vuotiaiden SE 128 kiloa, joka hyväksyttiinkin 2–1. Jury muutti kuitenkin yrityksen hylätyksi.

Työnnössä Hautaniemi korotti toiseen rohkeasti 160 kiloa, mutta siinä sattui polveen.

– Tempaus kyllä harmittaa, kun ennätys nousi ylös asti. Molemmat polvet ovat tulehtuneita tällä hetkellä.



Jaro Haapakoski, 102-kiloisten mestari.



Torbjörn Russell, 49-kiloisten mestari.

– 160 kiloa yritin työnnössä, koska sillä olisi tullut yleisen sarjan EM-tulosraja. Rahkeet riittävät siihen, Hautaniemi, 18, vakuutti.

Kaksoisvoiton varmisti Turun Atleet-tiklubin Onni Ruoho, 19, tuloksella 225 kiloa (105+120).

ENNÄTYSRULETTI PYÖRI VINHASTI

– Tämä korvasi edelliset pettymykset tuossa kisalavalla, Konsta Suoniemi hymyili leveästi.

Ounasvaaran Atleetti Klubin 19-vuotias painonnostaja oli juuri voittanut kotilavallaan mestaruuden kuuden onnistuneen noston päätteeksi.

Suomen ennätystilastot saivat kyytiä niin, ettei perässä ehtinyt pysyä. Nyt uudet 20- ja 23-vuotiaiden Suomen ennätykset sarjassa 96 kiloa ovat tempaus 145 kiloa, työntö 175 kiloa ja yhteistulos 320 kiloa. Se myös palkittiin ikäryhmän parhaan pystillä.

Yhteistulokseen tuli kertarykäyksellä 10 kiloa lisää.

Edellisillä pettymyksillä Suoniemi viittasi vuoden 2021 nuorten EM-kisoihin ja vuoden 2022 yleisen sarjan SM-kisoihin. Molemmissa nuori mies jäi ilman tulosta.

Nyt ilman tulosta jäämisestä ei ollut pelkoa. Rauta nousi suorille käsille hurmiossa kotiyteisön edessä.

– 320 kiloa oli tavoitteena, ja se tuli. Kyllähän tuollainen tunnelma tuo sopivasti lisätsemppiä, Suoniemi tuumi.

102-kiloisissa kaksoisvoiton saavuttivat Rovaniemen Reippaan Jaro Haapakoski, 20, ja Tampereen Pyrinnön Miro Silanne, 18. Tulokset olivat 215 kiloa (100+115) ja 207 kiloa (88+119).

– Tempaus kulki hyvin, mutta työnnöstä jäi vähän hampaankoloon, Haapakoski kertoi.



Kai Ollonen, 55-kiloisten mestari.

Ounasvaaran Atleetti Klubin Hanno Keskitalo, 20, hallitsi odotetusti super-raskasta sarjaa yli 109 kiloa. Mestaruus lohkesi mukavilla tasakiloilla 330 (150+180). Työnnössä hän paransi omissa nimissään ollutta 20-vuotiaiden Suomen ennätystä yhdellä kilolla.

Keskitalo teki tempauksessa kohutuullisen hyvät yritykset 20-vuotiaiden Pohjoismaiden ennätyksestä 156 ja 157 kilolla.

– Yritykset olivat hyviä, mutta tekniikka ei ollut tänään ihan kohdallaan, Keskitalo arveli.

Työnnössä uusi SE nousi toisella yrityksellä.

– Pari vuotta työntö on ollut 170 kilon luokkaa, mutta nyt 180 kilon ylitys ilahduttaa paljon.

– Vaihdoin vuosi sitten ylöstyönön saksityylistä raa'aksi polvikipujen vuoksi. Se toimii hyvin, Keskitalo totesi.

Samassa sarjassa hopeaa sai Rovaniemen Reippaan Jukka Ylisoini, 20,

yhteistuloksella 250 kiloa (110+140).

Hopeaa voimailivat myös Ounasvaaran Atleetti Klubin Matilda Jauhajärvi (T17 55 kg, 67+84=151 kg), Ounasvaaran Atleetti Klubin Liisa Niva (T17 59 kg, 55+73=128 kg), Ounasvaaran Atleetti Klubin Joona Jokela (P17 67 kg, 72+89=161 kg), Kalajoen Junkkareiden Julius Viio (P17 96 kg, 104+137=241 kg), Puntti-Karhujen Olivia Kononen (N20 64 kg, 67+87=154 kg) sekä Lappeenrannan Painonnostajien Iina Heikkilä (N20 81 kg, 68+86=154 kg).

Pronssia saivat myös Lempäälän Kisan Iiris Savolainen (T17 55 kg, 67+81=148 kg), Lahden Atomin Jerry Jokinen (P17 96 kg, 101+120=221 kg), Ylöjärven Ryhdin Antti Vähäkoski (P17 +102 kg, 83+100=183 kg), Tampereen Pyrinnön Emma Laukkarinen (N20 76 kg, 74+96=170 kg) sekä Kalajoen Junkkareiden Miro Manderbacka (M20 89 kg, 107+126=233 kg). ■

SUOMEN MIEHET

Pohjolan vahvimpia Landskronassa

Suomi voitti viime vuoden tapaan miesten maiden välisen pistekilpailun yleisen sarjan Pohjoismaiden mestaruuskilpailuissa 28.-29. lokakuuta Ruotsin Landskronassa. Miehet saalistivat kaksi kultaa, yhden hopean ja neljä pronssia.

Naisten pistekilpailussa Suomi oli viides. Maamme-laulu kajahti kaksi kertaa. Naisten paras maa oli Tanska.

102-kiloisissa Tampereen Pyrinnön Roni Peltonen ratkaisi pelin työnnössä. Ruotsin Hugo Hultvall johti tempauksen jälkeen kahdella kilolla (144+142), mutta Peltonen jysäytti suorille käsille kultapuntit. Työnnössä nousi 180 kiloa, joten yhteistulokseksi kirjattiin 322 kiloa. Hultvall jäi lopulta kaksi kiloa. Peltoselle PM-kulta on uran ensimmäinen yleisessä sarjassa - kisatkin olivat miehelle ensimmäiset laatuaan.

Ounasvaaran Atleetti Klubin Väinö Suoniemi täydensi menestystä sijoitumalla kolmanneksi 292 kilolla (132+160).

Miesten sarjojen toinen suomalaismestari oli Lahden Atomin Jesse Nykänen sarjassa 96 kiloa. Tämä painoluokka olikin varsinainen trilleri, sillä viisi rautakouraa mahtui yhdeksän kilon sisään. Nykäsen voittopuntit olivat 310 kiloa (140+170). Lahden voimamiehen palkintokaapista löytyvät kultamitalit myös vuosilta 2019 ja 2020.

Rovaniemen Reippaan Antti Peltokankaalle tarjoutui myös mahdollisuus 96-kiloisten kirkkaimpaan mitaliin. Työntöyritys 181 kiloa oli kohtuullisen hyvä. Tuimasta kisasta lohkesi lopulta pronssia 306 kilolla (130+176). Viime vuonna parhaana miesnostajana palkittu Tanskan Simon Darville voitti Peltokankaan yhdellä kilolla ja Ruotsin Christopher Vilage hävisi yhdellä kilolla.

Hopeaa nappasi yli 109-kiloisissa Ounasvaaran Atleetti Klubin Hanno Keskitalo, joka läjäsi 325 kiloa (150+175). Norjan Ragnar Gamlestøl Holme tempaisi samat raudat, mutta karkasi työnnössä 15 kilon päähän.

Pronssimitalin makuun pääsivät Puntti-Karhujen Eetu Hautaniemi 81-kiloisissa ja Rovaniemen Reippaan Rebin Rezazadeh 109-kiloisissa. Hautaniemi hoiteli homman 274 kilolla (125+149). Ruotsin David Börjesson rykäisi 289 kiloa.

Rezazadehin urakointi tuotti 301 kiloa (132+169). Miesten parhaimmistoon kuulunut Ruotsin Stefan Ågren sivalsi kullan vakuudeksi 341 kiloa.

Miesten parhaana palkittiin Tanskan Omed Alam, joka hallitsi vakuutavasti sarjaa 89 kiloa uusilla Pohjoismaiden ennätyksillä. Rautaa nousi 330 kiloa (145+185).

ODOTETTU MESTARUUS

Bodonoksen Janette Ylisoini puki Suomi-trikoot ylleen jo kuudennen kerran – tai oikeastaan seitsemännen jos lasketaan voimanosto mukaan - vuonna 2023 MM-, EM- tai PM-tason kilpailuissa. Pari viikkoa aiemmin Budapestissa klassisen voimanoston 18-vuotiaiden Euroopan mestaruuden voittanut ja välissä vielä Ranskan painonnosto-liigassakin rautaa kesyttänyt Ylisoini otti omansa ja voitti 76-kiloisten Pohjoismaiden mestaruuden rutiinituloksella 212 kiloa (97+115).

Tanskan Laura Tolstrup oli työnnössä kolme kiloa väkevämpi, mutta yhteistuloksessa ero oli turvallinen viisi kiloa. Ylisoini oli mukana toisen kerran yleisen sarjan PM-kilpailuissa. Viime vuonna Ylisoini ja Tolstrup kisailivat Rovaniemellä 71-kiloisten PM-pronssista. Silloin taistelu oli vielä tiukempi Ylisoinin vetäessä pitemmän korren kolmen kilon marginaalilla (203-200).

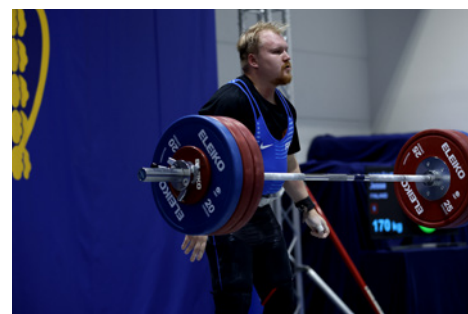
Etukäteen yllättävin mestaruus suomalaisittain taisi olla Lempäälän Kisan Emma Gleisnerin voitto 81-kiloisissa. Uran ensimmäisiin yleisen sarjan PM-kilpailuihin osallistunut Gleisner oli sarjansa vahvin 202 kilolla (91+111). Kultamitali lohkesi selkeästi 20 kilon erolla Tanskan Mette Fasmla Pedersenin.

Suomen naisista Lempäälän Kisan Iiris Savolainen oli 55-kiloisissa neljäs 148 kilolla (64+84) ja Rovaniemen Reippaan Jannike Bäckström 71-kiloisissa viides 183 kilolla (82+101).

Naisten parhaana palkittiin Norjan Sol Anette Waaler, joka kasasi 55-kiloisissa eurooppalaisittain huipputuloksen 194 kiloa (87+107). Vertailun vuoksi EM-pronssi lohkesi keväällä kahta kiloa paremmalla yhteistuloksella.

Vuonna 2024 yleisen sarjan PM-mitaleista nostetaan ensimmäistä kertaa Färsaarilla, jonka kevyet miehet Niels Áki Mørk (61 kg) ja Pól Hendikur Andreasen (67 kg) palasivat kotisaarelleen historialliset kultamitalit mukanaan.

Ensi vuonna kilpailu tosin tiivistyy entisestään, kun painoluokkia on viisi nykyisen kymmenen sijaan. Luvassa ovat siis kaikella tavalla mielenkiintoiset kekkerit. ■



Jesse Nykänen tuuletti kolmannen kerran Pohjoismaiden mestarina.



Emma Gleisner mestaroi 81-kiloisissa.



Janette Ylisoini otti omansa 76-kiloisissa.



Roni Peltonen hallitsi sarjaa 102 kiloa.



Hanno Keskitalo nosti hopeaa +109-kiloisissa.

Harvinainen näky, kaksi suomalaista palkintopallilla. Esa Lomma (vas.) oli jakamassa mitaleita Aino Luostariseen ja Janette Ylisoinille.

Mitalisampo jauhoi jälleen nuorten arvokilpailuissa

Suomi on vuodesta toiseen pysynyt painonnoston kansainvälisten arvokilpailujen mitalikannassa nuorten naisnostajien ansiosta. Tänä vuonna upeita mitalisuorituksia nähtiin 17-vuotiaiden MM-kilpailuissa maaliskuussa Albanian Dürresissa, 15- ja 17-vuotiaiden EM-kilpailuissa heinäkuussa Moldovan Chisinaussa sekä 20- ja 23-vuotiaiden EM-kilpailuissa heinä-elokuun vaihteessa Romanian Bukarestissa.

Bukarestissa nähtiin sellainen harvinaisuus, että palkintopallilla seisoivat kaksi suomalaista nostajaa! Nuoremman ikäluokan sarjassa 71 kiloa Janette Ylisoini työnsi hopeaa (119 kiloa) ja Aino Luostarinen pronssia (116 kiloa). Molempien palkintokaappiin on karttunut viime vuosina kiitettävä määrä arvokisamitaleita.

Ylisoinin kaksikymppisten kisat olivat kolmen EM-hopean arvoiset. Tempaus 96 kiloa ja yhteistulos 215 kiloa oikeuttivat myös kakkostilaan.

Palkintojenjaossa kuunneltiin Puolan kansallislaulua. Mainiikkaasta painonnostosuvusta tuleva Martyna Dolega, Marcinin tytär, kasasi kilon

paremman yhteistuloksen kuin Ylisoini. Tempauksessa oli puolestaan vahvin toinen puolalainen, Monika Marach 98 kilon punteilla.

Luostarinen päätyi yhteistuloksessa neljänneksi 205 kilolla.

Chisinaun EM-lavalla Janette Ylisoini oli häikäisevän ylivoimainen. 17-vuotiaiden 71 kilon sarjan kaikki kultamitalit lohkesivat tulossarjalla 100+118=218 kiloa. Pääsipa mestarinostaja yrittämään jopa uutta ikäluokkansa maailmanennätystä. Kolmanteen tempaukseen lastattiin paljonpuhuvat 104 kiloa. Yritys oli erinomainen, vaikka rauta pyörähtikin yli.

Yhtä lailla huikean ylivoimaiseen tyyliin hoiteli suorituksena Minni Hormavirta 15-vuotiaiden 71-kiloisissa. Hormavirta asteli lavalle kun muut olivat jo päättäneet urakointinsa ja vei kaikki kolme kultamitalia tulossarjallaan 85+108=193 kiloa.

Ylisoinin ja Hormavirran dominointia osattiin etukäteen odottaa, mutta kenties pienenä yllätyksenä saatiin iloita lita Konosen kolmesta pronssimitalista 17-vuotiaiden sarjassa 64 kiloa. Kononen on aiemmin päässyt mais-

tamaan 15-vuotiaiden EM-lajimitalia, mutta nyt jysähti kaikissa kolmessa nostomuodossa. Mitalilukemat olivat 77+97=174 kiloa.

Sarjan mestari Ranskan Sara Iafrate kasasi 183 kiloa.

Janette Ylisoini saavutti myös MM-mitalin. Dürresin lavalla 91 kilon tempaus oikeutti MM-hopeaan. Thaimaan Phattharathida Wongsing hilasi suorille käsille yhden kilon enemmän. Thaimaalainen vei yhteistuloksen kirkkaimman mitalin 212 kilolla.

Ylisoini sijoittui 198 kilon yhteistuloksellaan neljänneksi. ■



Minni Hormavirta voitti 15-vuotiaiden EM-kultaa.



Lita Kononen tuulettaa 17-vuotiaiden EM-pronssia.



Janette Ylisoini voitti 17-vuotiaiden EM-kultaa.

TEKSTI JARNO TIAINEN

KUVAT JAARLI PIRKKIÖ



Ukko Russell, 12-vuotiaiden poikien paras nostaja.



Miina Valtonen, 16-vuotiaiden tyttöjen paras nostaja.



Tomi Huhtimäki, 16-vuotiaiden poikien paras nostaja.

Wilhelmiina Juntto,
12-vuotiaiden tyttöjen
paras nostaja



Punttikarnevaalit 24.–28.7.2023 Rovaniemellä

Punttikarnevaalit järjestettiin nyt viidettä kertaa peräkkäin Santasportissa Lapin Urheiluopistolla, Rovaniemellä.

Punttikarnevaalit on yksi Juniori Cupin osakilpailu, jossa pisteitä kerätään kenttälajien ja painonnostolajien yhteispistemäärästä, nämä pisteet vaikuttavat siihen, ketkä ikäryhmien 6 parasta tyttö- ja poikanostajaa pääsevät lokakuussa järjestettävään Loppuhuipentumaan Rovaniemelle.

Punttikarnevaaleille osallistui jälleen mukavasti porukkaa perheineen, 10 seurasta eri seurasta ja 36 leiriläistä sekä vanhemmat ja ohjaajat, eli yhteensä viitisenkymmentä osallistujaa. Keskimääräinen ikä osallistujien kesken oli pienentynyt, joten tämä lupaa hyvää tulevaisuuden kannalta, kun yhä vain nuoremmat osallistuvat Punttikarnevaaleille. Aikaisemmin leirillä olleet, jotka ovat jo Punttikarnevaali-ikänsä ohittaneet, toimivat leirillä apuohjaajina.

Lähes jokainen painonnostaja, joka on Euroopan mestaruustasolle päässyt, on jossain vaiheessa ollut mukana leirillä. Tärkeintä leirillä on kaverit ja hauska tekemisen meininki parhaassa seurassa, joka johtaa siihen, että saa pitkäaikaisia kavereita lajin parista ja tie saattaa viedä jopa Euroopan huijulle.

Koronavuosilta tuttu kännykkärajoitus öisin oli tullut tutuksi toimintata-

vaksi ja kännykät kerättiin ennen iltakierrosta pois ja palautettiin aamupäällän jälkeen.

Tänä vuona uutena teemana oli Aarrejahti, jonka apuohjaajat järjestivät nuorille ja tätä kautta tutustuttiin urheiluopiston ympäristöön turvallisesti ja veikeä seikkailu sai myös hauskoja piirteitä, mikä parasta, tutustuttiin sellaisiin kavereihin, joita ei aikaisemmin tuntenut. Palkinnot olivat jälleen huikeat tässäkin tapahtumassa.

Apuohjaajia oli paikallinen seura Ounasvaaran Atleetti Klubi palkannut osaksi työharjoittelua lasten ja nuorten ohjaamiseen, ja heistä oli jälleen valtava apu ja kerryttivät kokemusta palautteen annosta ja muutenkin erilaisista leiriin ympärillä liittyvistä toiminnoista.

Liikkuvuusharjoituksia tehtiin jälleen tatamilla ja parhaimmillaan harjoituksia oli 3 harjoitusta päivässä. Ruokailu oli tärkeänä osana leiriä myös siitä näkökulmasta, miten energiatarvetta on ylläpidettävä säännöllisillä ruokailutauoilla ja unikin tuntui maistuvan, kun oli harjoiteltu ja syöty riittävästi.

Vaikka leirin aikana harjoitellaan enemmän mihin moni on tottunut, niin ennätykset menivät jälleen rikki lähes kaikilla, niin painonnostossa kuin kenttälajeissakin. Innostus näkyi harjoituksissa ja kaverien kannusta-

minen kilpailuissa johti tälläkin kertaa onnistuneeseen leiritunnelmaan ja uusia kavereita syntyi silmin nähden.

Leirillä päästiin jälleen uimaan jokirantaan, vaikka sää ei ollut ihan edellisvuosien kaltainen, niin se ei uimapetoja haitannut. Leirillä kaikki halukkaat pääsivät osallistumaan myös seikkailurataan ja minigolfiin, etenkin minigolfissa näkyi lasten vanhempien osalta erityinen urheiluhenki, sillä sen verran tosissaan heiluttiin maila kädessä ja pidettiin tarkkaa kirjaa tuloksista.

Punttikarnevaalikisassa kilpailtiin jälleen myös kenttälajeissa painonnoston lisäksi. Punnerruksia oli selvästi harjoiteltu ja pikapyrähdyksiä tehty, kun ajat vaan paranevat vuosi-vuodelta. Lasiasia luokkarajamerkkejä jaettiin ennätysmäärä ja tulostaso on myös selkeästi nousussa.

Kaikille osallistujille jaettiin leiridiplomit ja ohjaajille myös erillinen todistus leirillä toimimisesta.

Punttikarnevaalit t-paita ”Tulevaisuuden mestarit” jäivät kaikille leiriläisille myös muistoksi tästä tapahtumasta.

Ensi vuoden Punttikarnevaaleille on odotettavissa ennätysmäärä osallistujia ja toivomme vanhempien huomioivan tämän jo omissa kalenterissa ensi vuodelle 22.7.–27.7.2024. ■

TEKSTI JARNO TIAINEN
KUVA JAARLI PIIRKKIÖ JA
VIIVI RAUDASOJA

Juniori Cup ratkesi neljässä osakilpailussa

Vuoden aikana käytiin neljä Juniori Cupin osakilpailua, joista ensimmäinen käytiin jo helmikuussa, kun Porin Puntti-Karhut järjesti peruskoululaisten mestaruuskilpailut.

Keväällä osakilpailut käytiin etelässä Kurikassa ja pohjoisessa Oulussa. Perinteinen Punttikarnevaali Rovaniemellä kuuluu myös Juniori Cupiin. Viimeiset osakilpailut käytiin syyskuisena Etelä- ja Pohjois-Suomen mestaruuskilpailuiden yhteydessä Porissa jälleen Puntti-Karhujen järjestämänä ja Oulussa puolestaan Alppilan Puntti-Weikot oli isäntänä syyskuisassa.

Loppuhuipentumaan Lapin Urheilupuistolle pääsi kuusi parasta tyttö- ja poikanostajaa molemmista ikäryhmistä. Juniori Cupin pisteet laskettiin mukaan loppuhuipentumaan ja parhaat palkittiin SPNL:n stipendein.

Kokonaiskilpailun voittajia olivat Helsingin Heraklesin Aino Eerikäinen, Lempäälän Kisan Lauri Koikkalainen, Ounasvaaran Atleetti Klubin Pinja Eskelinen ja Ounasvaaran Atleetti Klubin Kai Ollonen.

200 euron arvoisen stipendin saivat ikäluokan parhaat. 2. ja 3. saivat 100 euron stipendin.

Loppuhuipennuskisan pisteet lisätään aikaisempiin osakilpailupisteisiin (lähtöpisteet) ja koko Juniori Cupin voittajat määräytyvät tämän kokonaistilanteen mukaan. Tasapistetilanteessa loppuhuipennuskisassa paremmin sijoittunut voittaa. ■



Pinja Eskelinen voitti 13-16-vuotiaiden tyttöjen cupin. Kuva nuorten PM-kisoista.



Aino Eerikäinen voitti alle 12-vuotiaiden tyttöjen cupin.



Lauri Koikkalainen voitti alle 12-vuotiaiden poikien cupin.



Moona Marjeta voitti piirustuskilpailun Juniori Cupin lo-gosta. Tätä käytetään virallisesti tulevana vuoden kisoissa.



Kai Ollonen voitti 13-16-vuotiaiden poikien cupin.

TEKSTI NIINA SAARMAN-BARTHOLDI
Kirjoittaja on Olympiakomitean
Tähtiseura-hankkeen auditoija
Suomen Painonnostoliitossa.



OAK auditointiin sekä lasten ja nuorten että aikuisten Tähtiseuraksi joulukuussa 2022.

Tähtiseura – lupaus laadusta

Olympiakomitean, lajiliittojen ja aluejärjestöjen yhteinen Tähtiseura-laatuohjelma on vahva brändi, joka kertoo urheiluseuran laadukkaasta toiminnasta. Tähtiseurakriteerejä tarkastellaan ja kehitetään säännöllisesti.

Tähtimerkin eri osa-alueita on ovat: lapset ja nuoret (vihreä tähtimerkki), aikuiset (punainen tähtimerkki) ja huippu-urheilu (sininen tähtimerkki). Kaikille seuroille avoin laatuohjelma kutsuu mukaansa kaiken kokoiset seurat.

Suomen Painonnostoliiton alaisista seuroista Tähtimerkin ovat saaneet Herakles Helsingistä ja Ounasvaaran Atleetti Klubi Rovaniemeltä. Molemmilla seuroilla on lasten ja nuorten sekä aikuisten Tähtimerkit. Seuraavana auditointi vuorossa on Harjun Voima aikuisten Tähtimerkin osalta.

Suomessa kokonaisuudessaan tällä hetkellä yli 600 Tähtiseuraa ja määrä kasvaa koko ajan!

Tähtiseura-hankkeeseen lähteminen vaatii oman työryhmän perustamista.

On hyvä, että useampi seuran jäsen on miettimässä seuran toimintaa. Pohdittavia kokonaisuuksia on useampia ja kun ne on käyty läpi, on seuran toimintaa arvioitu laajasti.

Auditointi tapahtuu yhdessä seuran, lajiliiton ja aluejärjestöjen kesken. Tilaisuus on avoin kaikille seuran jäsenille. Tähtimerkin saaneet seurat auditoidaan jatkossa kolmen vuoden välein ja näin tarkistetaan, että kriteerit täytetään jatkossakin ja toiminta säilyy laadukkaana.

Uutena Olympiakomitean Tähtiseura-auditoina kannustan kaikkia SPN-L:n alaisia seuroja tutustumaan Tähtiseura-ohjelmaan. Autan ja neuvon jokaista seuraa pääsemään alkuun prosessissa kohti Tähtimerkkiä. ■

Herakles sai aikuisten Tähtimerkin toukokuussa 2023. Lasten ja nuorten Tähtimerkki myönnettiin seuralle 2021.



Masters MM-kisat ovat ensi vuoden mammuttitapahtuma

Lapin urheiluopistolla, Rovaniemellä kamppaillaan ensi syksynä painonnoston masters-ikäluokan MM-mitaleista. Kyseessä on mammuttitapahtuma, joka on osanottajamäärältään vuoden 2024 suurin painonnostokilpailu maailmassa.

– Odotamme, että kisoihin tulee jopa tuhat nostajaa, MM-kisojen pääsihteeri Jorma Pallari ennakoi.

Masters MM-kilpailut 5.–14. syyskuuta ovat yksi kansainvälisimmistä urheilutapahtumista, joita Lapissa on koskaan järjestetty. Viime kesänä samoissa maisemissa Ounasvaaralla järjestetyissä maastojousiammunnan MM-kilpailuissa oli mukana 854 kilpailijaa 31 maasta.

Elokuussa Puolan Wieliczassa käydyissä painonnoston masters MM-kilpailuissa oli mukana 770 urheilijaa. Pääsihteeri oli joukkoineen Wieliczassa markkinoimassa tulevia MM-kilpailuja.

– Esittelypisteellä kävi kuhina koko kisaviikon ajan. Rovaniemen kisoista oltiin erittäin kiinnostuneita. Varsin-

kin kauempaa tuleville on tarjolla lapilaista eksotiikkaa, Pallari havaitsi.

Painonnoston suosio mastersien eli yli 35-vuotiaiden keskuudessa on lisääntynyt koko ajan.

– Kotimaassa SM-kilpailujen osanottajamäärät ovat kasvaneet huomattavasti. Ollaan jo lähestytty 300 nostajan rajan.

Osanottajamäärien jatkuvan kasvun seurauksena SM-kilpailut järjestetään jatkossa kahdessa osassa.

KOLMANNET ARVOKILPAILUT

Osanottajamäärät ovat kasvaneet myös kansainvälisissä masterskilpailuissa. Rovaniemellä on aiemmin nostettu masters MM-kilpailut 2015 ja masters EM-kilpailut 2019. MM-kisoissa oli 455 urheilijaa 41 maasta. Neljä vuotta myöhemmin EM-kisoissa voimaili 442 urheilijaa.

Suurimman pohjustuksen kisojen saamiselle on tehnyt Jorma Pallari, joka on luonut pitkäaikaiset ja luot-

tamukselliset suhteet kansainvälisen kattojärjestön IMWA:n (International Masters Weightlifting Association). Alun perin vuoden 2024 MM-kilpailut oli myönnetty Venäjälle, mutta Ukrainan sodan seurauksena kisoille piti etsiä uusi paikkakunta.

Pallari esitteli suunnitelman kilpailujen läpiviemiseksi Yhdysvaltain Orlandossa joulukuussa 2022. IMWA totesi suunnitelman toteuttamiskelpoiseksi ja myönsi kilpailut Suomelle ja Rovaniemen Reippaalle.

– Päätökseen vaikuttivat suurilta osin vahvat näytöt ja myönteiset kokemukset vuoden 2015 MM-kilpailuista ja vuoden 2019 EM-kilpailuista, Pallari taustoitti.

Pääsihteeri korostaa, että tulevilla MM-kilpailuilla on huomattava matkailullinen merkitys.

– Osallistujajoukko tuo Rovaniemelle vähintään samankokoisen huolto- ja kannustusporukan, joten kisoilla on miljoonaluokan talousvaikutus, Pallari muistutti. ■

Karnevaalitunnelmaa Meripäivänostoissa

Kuusankosken Kisa järjesti Suomen mittakaavassa ainutlaatuiset painonnostokilpailut 29.7. Kotkan Meripäivillä. Historian ensimmäisten Meripäivänostojen kilpailulava kasattiin ravintola Parkin terassin yhteyteen, tarjoten yleisölle mahdollisuuden nauttia virvokkeista ja huipputason painonnostokilpailusta lämpimänä kesäpäivänä. Painojen pauke ja kovaääninen kannustus herättikin suurta kiinnostusta, sillä ravintola täyttyi ääriään myöten jo ennen ensimmäisiä kilpailunostoja. Yleisössä oli arvioiden mukaan paikalla useampi sata silmäparia.

Kansallisen tason kutsukilpailu käytiin kahdessa ryhmässä, Sinclair-pisteiden määrittäessä sijoitukset. Naisten ryhmän voittajaksi itsensä nosti Lappeenrannan Painonnostajien Henna Pöyhönen temmaten 74 ja työntäen 93 kiloa.

Kakkospuntit nosti Pyhtään Yrityksen Tessa Borodulin (64+83) ja kolmospuntin Lappeenrannan Painonnostajien Aada Jäppinen (61+74).

Miesten ryhmässä jännitys pysyi yllä viimeiseen nostoon asti Tampereen Pyrinnön Roni Peltosen sekä Lahden Atomin Jesse Nykäsen vaihdellessa johtopaikkaa nosto nostolta. Lopulta Peltonen vei pidemmän korren pisteen erolla, työntäen viimeisellään 186 kiloa.

Pistekisan kärkikolmikoksi muodostui Peltonen (138+186), Nykänen (142+175) ja Lappeenrannan Painonnostajien Jonathan Räsänen (127+155).

Onnistumiset eivät jääneet vain voitokamppailuihin – useat kilpailijat ylsivät ennätyskursseja valtaisten hurrausten saattelemina.

Kilpailun järjestäminen ulkolavalla ja kaupungin keskustassa keräsi niin osanottajilta kuin yleisöltä kiitosta.

– Paikalla oli todella mahtava yleisö, lavalla oli upeaa nostaa. Toivottavasti suomalainen painonnosto saa tämän kaltaisia tapahtumia lisää – viedään kilpailut sinne, missä yleisöä on, kommentoi miesten ryhmässä toiseksi sijoittunut Nykänen.

Samalla linjalla oli myös seuraennätyksen 170 kilon työnnöllä tehnyt Kisan Joonas Hasu: – Tätä upeamassa kilpailussa en ole koskaan ollut osallisena. Satojen ihmisten kokoisen kotiyhteisön edessä nostaminen on hienointa, mitä omalla painonnostouralla on tapahtunut. Kilpailun jälkeen osa yleisöstä tuli kertomaan, että eivät etukäteen tienneet lajista mitään, mutta lupasivat tulla uudestaankin katsomaan.

Meripäivänostot todistivat jälleen: painonnosto on kiinnostava, yleisöystävällinen laji. ■

Masters EM-kilpailut 2023, Waterford Irlanti 12.–20.5.2023

Masters painonnoston Euroopan mestaruuksista kilvoiteltiin vihreällä saarella. Viikinkien vuonna 914 perustamassa Waterfordissa järjestettyihin kilpailuihin otti osaa 585 urheilijaa.



Edustusasuista näkee mistä maasta tullaan.

Kaunis pieni kaupunki sijaitsee 215 kilometriä Dublinista etelään, ja reitti niin pyörillä kuin kiskoilla kulkee maalaismaisemien ja kuvauksellisten pikkukylien halki. Moni jäikin kisojen jälkeen kiertämään Irlantia ja nauttimaan lumoavasta saaresta.

Irlannin painonnostoliitolle ponnistus oli valtava, ja tämä näkyi osallistujille tiedotuksen puutteena ennen kisoja. Kenties tämä vaikutti osaltaan siihen, että matkaan lähdettiin hieman tavallista pienemmällä Suomen joukkueella: 16 naista ja 14 miestä huoltajineen ja tukijoukkoineen.

Kisapaikalla kaikki toimi kuitenkin täydellisesti! Urheilukeskus SETU Arenan hyvin ilmastoitu monitoimihalli tarjosi komeat puitteet suurelle urheilujuhalle.

Molemmille kilpailulavoille oli erillinen lämmittelyalue upouusin Eleikon välinein, levypainoja ja nostolavoja oli riittävästi suurillekin ryhmille ja katsomosta saattoi seurata tapahtumia koko hallin alueella. Lisäksi kilpailuun valmistavat harjoitteet oli mahdollista tehdä monipuolisesti varustetulla kuntosalilla kisapaikalla.



Yleisnäkymä kisa- ja harjoituspaikasta.



Euroopan mestarit Jari Huuskonen ja Johanna Husa-Russell.

Suomen pieni mutta sitäkin pippurisempi joukkue pärjäsi EM-kilpailuissa mainiosti. 8 kultamitalia, 5 hopeaa ja 4 pronssia ovat komea saavutus. Johanna Husa-Russell palkittiin paitsi ikäluokkansa (W50) parhaana nostajana, myös koko kilpailujen kolmanneksi parhaana naisnostajana.

Suomen ennätyksiä omissa ikä- ja painoluokissaan parantelivat Arto Rainio, Timo Kohtamäki ja Jarkko Takala. Kv-kisadebyyttejä sekä henkilökohtaisia ennätyksiä nähtiin useita, ja mikäpä sen parempaa kuin ylittää itsensä arvokisalavalla!

Joukkuekilpailuissa Suomi sijoittui sekä naisten että miesten osalta neljänneksi. Mainittavaa on myös joukkueemme erinomainen yhteishenki ja valtava kannustus niin paikanpäällä kuin eri viestintäkanavia pitkin. Moni epävarmuus-tekijä selätettiin yhdessä, ja seikkailusta Irlannissa jäi hyvät muistot! ■



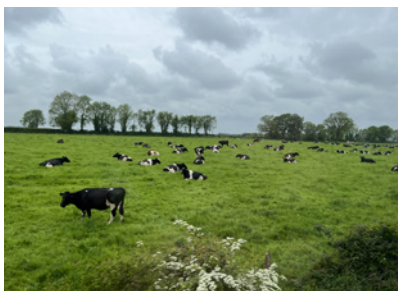
Anne Isokangas ja Anna-Maria Kähkönen nostivat kaksoisvoiton N40 49-kiloisissa.



Barbara Lybeck nautti pyöräretkestä.



Eija Selkälä, Barbara Lybeck, Minna Grönberg, Johanna Husa-Russell ja Karoliina Majamaa ovat tehneet akkreditoinnin.



Lehmillä oli leppoisa oltavat.

TEKSTI JA KUVAT ANNI JÄÄSKELÄINEN

Masters MM-kilpailut, Wieliczka Puola 18.–26.8.2023

Krakovan kupeessa, suolakaivokseltaan tunnetussa Wieliczkan kylässä oli elokuussa helteiset tunnelmat, kun 770 painonnostajaa kokoontui mitteleämään maailmanmestaruuksista. Puola oli monelle tuttu ja helpoksi havaittu reissukohte, sillä edellisen vuoden EM-kilpailut järjestettiin Varsovan alueella.

Yhteensä 44 urheilijaa (27 naista, 17 miestä) joukkueenjohtaja Jorma Palarin johdolla edusti Suomea MM-lavoilla. Kotiintuomisiksi saatiin 5 kultaa, 8 hopeaa ja 11 pronssia. Lisäksi naisten joukkue nappasi pronssia joukkuekilpailuissa, miehet sijoituivat sijalle 10.

Valtavan kuumasta olosuhteesta huolimatta SE-tuloksia parantelivat Maija-Riitta Sankamo, Satu Niemelä, Pia Heinonen, Hannele Korhonen, Johanna Husa-Russell, Anna-Leena Weckman, Liisa Vuori, Heidi Kunelius, Erkki Laine ja Tuomas Kuronen. Aiheellista on nostaa esiin myös suomalaisten aktiivinen osallistuminen tuomaritoimintaan. On upeaa, että yhteisöstämme on noussut uusia aktiivisia tuomareita kokeneiden rinnalle myös kv-kilpailuihin!

Olosuhteet kisapaikalla haastoivat niin urheilijat kuin huoltajat: kova kuumuus ja seisova ilma sisätiloissa haastoi urheilijoiden fysiikkaa, ahdas lämmittelytila



Harri Norberg, Anni Jääskeläinen, Johanna Husa-Russell, Eija Selkälä, Virve Leikola, Jari Hirvonen ja Timo Kohtamäki pitivät yllä suomalaisten mainetta



Lämmittelypuolella oli 11 lavaa.

jossa kaksi ryhmää lämmitteli samaan aikaan (jopa yli 30 urheilijaa jakamassa yhtätoista lämmittelylavaa), taistelu tangoista ja pikkukiekkoista sekä pitkä matka lämmittelyalueelta nostopaikalle aiheuttivat päänsäryä ja aikaisia aamuhätyksiä huoltajille, jotta omille urheilijoille saatiin järjestettyä niin hyvät olosuhteet kuin oli mahdollista. Hyvällä yhteisellä tästäkin selvitettiin.

Helputusta saatiin myös joukkueen löytämästä hyvin viiennetystä kuntoilualueesta, jossa saattoi käydä jäähdyttellessä tarpeen mukaan. Arvokkaita ovat myös kohtaamiset ja ajatusten vaihto eri-ikäisten joukkueen jäsenten kesken. Nämä asiat jäävät varmasti mieleen tuloksiakin paremmin. Maamme-laulu kajahti näissäkin kisoissa ilmoille yhteistuumin kirkkaana ja voimakkaana. Tässä joukossa on hyvä laulaa - ja urheilla! ■



Juhani Oikarinen mestaroi vanhimmissa ikäluokassa.



Kirsi Pitkänen, Maija-Riitta Sankamo ja Assi Koivisto-Allonen juhliivat MM-mitaleita joukkueenjohtaja Jorma Pallarin kanssa.



Titta Sillman valmistautuu aloittamaan kisaverryttelyyn.



Laura Majanderilla on muistiinpanovälineet valmiina.



▲ Uuden-Seelannin Belinda Sidnam, Johanna Husa-Russell ja Virve Leikola palkintojenjaossa.



◀ Kari Tarkiainen ja Barbara Lybeck vaihtavat ajatuksia.



Assi Koivisto-Allonen tyylinäyte työnnössä.

TEKSTI RIIKKA VIALA
Kirjoittaja toimi joukkueenjohtajana.

Kahvakuulaurheilijat vahvoina EM-kilpailuissa

Suomen kahvakuulaurheilun maajoukkue pääsi matkustamaan keväisen aurinkoiseen Kreikkaan EM-kilpailuihin, kun kansainvälisen International Union of Kettlebell Lifting (IUKL) -liiton kilpailut järjestettiin 20.–23.4.2023 Nafplion rannikkokaupungissa. Kreikkalaiset kilpailivat ensimmäistä kertaa kansainvälisillä kilpalavoilla vasta 2022.

Taustatoimintaa on ollut pidempään ja he järjestivät puitteiltaan varsin komeat kilpailut heti seuraavana vuonna maan entisessä pääkaupungissa. Pieni kömmähdyks järjestävälle taholle sattui mitalien laadun suhteen, mutta IUKL paikkasi tämän jälkikäteen. Paremmuudesta miteltiin niin juniorien, aikuisten kuin veteraanien sarjoissa. Suomen teräksinen trio kurmuutti rautapalloja kahdessa jälkimmäisessä sarjassa. Joukkueen juniorina ja maskottina toimi Jenna Kurki, joka myös edusti Suomea avajaisseremoniassa yhdessä Terhi Ahosen kanssa. Nuoruuden innolla hän kannusti suomalaisia kilpailupäivästä toiseen ottaen samalla selvää kilpailuteknisistä seikoista varsin hyvillä kysymyksillä.

Ensimmäisenä lavoille nousivat Riikka Viiala ja Satu Kurki, molemmat mestaruussarjan long cyclessä (rinnalleveto-työntö). Punnuksina toimivat vihreät 24-kiloiset tuplakulat, joten nostettavaa oli hivenen enemmän kuin jouluisissa herkuissa. Viiala paransi omaa Suomen ennätystään lukemiin 14 ja oli ensimmäinen alle 58 kg:n sarjassa. Niin ikään Kurki sai nousta keskimmaiselle palkintokorokkeelle yli 68 kg:n sarjassa, vaikka tulos jäi vaikeaksi. Päivän menestyksen viimeisteli Ahonen 50-54 vuotiaiden ikänaisten yli 68-kiloisten sarjassa 12 kg:n kuulilla vieden kultamitalin selvällä erolla seuraavaksi sijoittuneeseen virolaiseen kilpasisareensa.

Toisena kilpailupäivänä kahden kuulun työntö sujui kolmikolta tasaisen varmasti. Viiala paransi Suomen ennätystään, mutta taipui selvin lukemin ukrainalaisnostajalle. Ilo oli kuitenkin suuri, kun sai jälleen kilpailla aiemmilta vuosilta tutun ukrainalaisen kanssa. Kurki oli päivän tähti tuu-



Terhi Ahonen mestarina korkeimmalle korokkeella.



Terhi Ahonen ja Jenna Kurki edustivat Suomea avajaisissa.

paten 62 kertaa ja ottaen voiton irlantilais- ja ukrainalaisnostajien jäädessä himmeämmille mitaleille. Ahoselle vahvat 92 toistoa toivat kirkkaimman mitalin, vaikka hän ei ennätysvauhtiinsa yltänyt.

Sunnuntaina oli vielä jäljellä tempaus. Viiala sijoittui 58 toiston perustekemisellään toiseksi voiton mennessä jälleen Ukrainaan. Kurki laittoi ennätysensä uusiksi, joskaan komeat 88 toistoa eivät riittäneet mitaleille asti. Tyytyminen oli neljanteen sijaan sarjassa, jossa perinteisesti menestyvät maat Irlanti ja Ukraina olivat omilla kymmenlukemillaan. Veteraanisarjassa Ahonen oli sarjassaan ainoa 200 toiston rajan rikkonut nostaja. 219 toistoa toi kultaisen mitalin kotiinviemiseksi.

Kilpailuista on helppo nostaa esiin kolme kohokohtaa. Ensinnä Suomen menestys, joka toi maiden välisissä pisteissä kolmannen sijan Ukrainan ja Liettuan jälkeen. Toisekseen oli kerrassaan mahtavaa nähdä arviolta



Terhi Ahonen, Satu Kurki, Riikka Viiala (alhaalla) mitaleineen.



Satu Kurki voimaili mestariksi.

nelisenkymmentä ukrainalaiskilpailijaa lavoilla. Heidän kilpailumotivaationsa on ihailtavaa vaikeuksista huolimatta. Viimeiseksi mainittakoot vasta 13-vuotias englantilaisjuniori, joka kilpaili paraurheilijoiden sarjassa. Pyörätuolilla liikkinut tyttö oli kilpailukansan suosikki hänen punnertaessaan 8-kiloisia kuulia 55 kertaa. Tämä ei tavalliselta sukankuluttajalta heti onnistu.

Tämän lehden ollessa jo hyvää matkaa painokoneessa osallistuu maajoukkueemme MM-kilpailuihin Latvian Rezeknessä. Hieman epätyypillisesti lajeina ovat all-round eli triathlon, joka koostuu työnnöstä, tempauksesta ja long cyclestä. Kaikille lajeille on ker toimensa ja tulos lasketaan yhteen. Lisäksi kilpaillaan 12-minuutin tempauksessa vapailla kädenvaihdoilla. Nelihenkisen joukkueen kokoonpano on Mikko Luostarinen ulkomaiden ensikertalaisena sekä Riikka Viiala, Janica Jäntti ja Sari Jäntti. ■

Kahvakuulan SM-mitaleista kilpailtiin Lahden SM-viikolla

Kahvakuulan koko lajikirjoon pääsi tutustumaan Lahdessa 4.–6.8.2023, kun Suomen mestaruuksista kilpailtiin osana SM-viikkoa.

SM-viikolla järjestettiin yhdellä kertaa kahvakuulan yleisen sarjan, masters- ja juniori-ikäisten, puolimaratonin sekä strong sportin SM-kisat. Osallistujia riitti jokaiseen kilpailuun, ja tämä pienten lajien yhteinen SM-tapahtuma toi kahvakuulaurheilulle myös uutta yleisöä ja medianäkyvyyttä.

STRONG SPORT SAI TUHANSIA KATSOJIA

Strong sportin SM-kilpailu lähetettiin Lahden satamasta suorana Yle Areenassa ja myöhemmin TV2:lla. Ras-kailla kuulilla neljän minuutin ajassa suoritettava strong sport kiinnostikin tuhansia penkkiurheilijoita.

Naisten sarjan voiton vei Satu Kurki (32 kg / 34 toistoa) Hyvinkään Ryhdistä. Miesten sarjassa kultaa sai Hyvinkään Ryhdin Aleksi Tuhkanen (48 kg / 37 toistoa). Junioreissa kultaa voitti Sumiaisten Kunnon Emma Yliskoski (20 kg / 51 toistoa).

TUNNELMAA JA YHTEISÖLLISYYTTÄ

Klassisen kahvakuulaurheilun eli 10 minuutin sekä puolimaratonin 30 minuutin nostomuodoissa kilpailtiin

Lahden urheilu- ja messukeskuksessa. Tunnelma oli korkealla ja kahvakuulaurheilijat saivat uteliasta yleisöä myös beach taekwondon ja judon katsojista. Vahvin SM-osallistujien kanssa jaoimme myös lämmittelyvälineet ja tekniikkavinkkejä.

VUODEN KAHVAKUULA- URHEILIJAT PALKITTIIN

Kahvakuulajaosto palkitsi tapahtumassa vuoden 2022 kahvakuulaurheilijat Aleksi Tuhkasen ja Niina Pelanderin. Vuoden maratonurheilijaksi valittiin Emma Yliskoski, joka nappasi juni-ori-ikäisenä hopeaa aikuisten sarjassa 16 kilon yhden käden rinnalleve- to-työnnössä.

SEUROJEN YHTEISTYÖNÄ

Kisat toteutettiin kolmen kahvakuulaseuran, Hyvinkään Ryhdin, Lahden Gentain ja Lift Me Upin, yhteistyönä. Mukana oli myös monta vapaaehtoista lajin harrastajaa muista seuroista sekä kahvakuulajaosto. Kisat onnistuivatkin erinomaisesti, ja kiitos tästä kuuluu koko kahvakuulaväelle.

Tulokset: www.kahvakuulakisat.info ■



Juniorinostaja Emma Yliskoski teki upeat suoritukset strong sportissa 20 kilon kuulalla ja puolimaratonissa aikuisten sarjassa 16 kilon kuulalla.



Marko Pääkkösen ja Aleksi Tuhkasen taistelu 32 kg long cycllessa eli rinnalleve- to-työnnössä päättyi Tuhkasen voittoon ennätystuloksellaan 67 toistoa.



Biathlon-miehet Jani Sipponen, Jani Nurmenniemi ja Joni Lindfors.



Amatöörisarjan long cycle -mitalistit Janica Jäntti, Sari Jäntti ja Riikka Viiala. Sari Jäntti voitti myös amatöörisarjan biathlonin ja päivitti SE-tuloksen 233 toistoon.



Mestaruussarjan biathlonin tempaus Riikka Viiala, Suvi Muittari ja Satu Kurki. Muittari nosti 24-kiloista kuulaa 115 kertaa ja rikkoi SE-tuloksen kymmenellä toistolla.

TEKSTI JAARLI PIRKKIÖ

KUVA TAPIO NYKÄNEN, VIIVI RAUDASOJA
JA MIKE HÖFFLER

SM-kisakiertue käynnistyi historiallisesti Karviasta

Painonnoston kotimaisten arvokilpailujen vuosi 2023 käynnistyi historiallisesti Karviasta. Karvian Kiri järjesti ensimmäistä kertaa yleisen sarjan SM-kilpailut 24.–26. helmikuuta.

Naisten parhaasta tuloksesta vastasi viime vuoden tapaan Turun Atleettiklubin Saara Retulainen, joka voitti 59 kilon sarjan yhteistuloksella 194 kiloa (86+108).

Naisten parhaimmiston kului myös Ounasvaaran Atleetti Klubin Aino Luostarinen, joka korjasi pöytä sarjaa ylempänä 64-kiloisissa 199 kilolla (87+112). Rovaniemen Reippaan Anni Vuohijoki ilmoitti jo ennen kisoja päättävänsä kilpailu-uran kevään EM-kisoihin ja hyvästeli SM-lavat 71-kiloisten kultamitalilla tuloksella 193 kiloa (85+108).

Muut naisten mestarit olivat Alppilan Puntti-Weikkojen Sadia Noor-E (49 kg), Alavuden Urheilijoiden Siri Sytelä

(55 kg), Lempäälän Kisan Emma Gleisner (76 kg), Lake End Liftingin Neea Toivokainen (81 kg) ja Lahden Atomini Aleksandra Buhtin (87 kg). Vuonna 2020 perustettu järvenpääläisseura Lake End Lifting sai yleisen sarjan Suomen mestarin.

Miehissä parhaaksi arvostettiin niin ikään viime vuoden tapaan Ounasvaaran Atleetti Klubin Hannes Keskitalo, joka voitti 109-kiloiset 331 kilolla (145+186).

Parhaimmiston kuuluivat myös Rovaniemen Reippaan Antti Peltokangas 89-kiloisten 305 kilolla (129+176) ja Tampereen Pyrinnön Roni Peltonen 102-kiloisten 314 kilolla (137+177).

Muut miesten mestarit olivat Ounasvaaran Atleetti Klubin Kai Ollonen (55 kg), Puntti-Karhujen Joona Viitasari (67 kg), Espoo Weightlifting Academyn Juuso Kokko (73 kg), Turun Atleettiklubin Klaus Eloranta (81 kg), Lahden Ato-

min Jesse Nykänen (96 kg) ja Tampereen Pyrinnön Matias Tuovinen (yli 109 kg). Espoo Weightlifting Academy on perustettu LEL:n tapaan vuonna 2020, joten uutta väriä on saatu mukavasti mestaruuskarkeloihin.

EUROOPAN MESTARIT IKÄLUOKKANSÄ KISOISSA

15- ja 17-vuotiaiden SM-kilpailut nostettiin Porissa 20.–21. toukokuuta. Tyttöjen sarjoissa saatiin kahden urheilijan toimesta nähdä ikäluokkien eurooppalaista huippuosaamista korkeimmalta palkintokorokkeelta asti. 15-vuotiaiden paras oli Lohja-Liftingin Minni Hormavirta, jonka voittotulos 71-kiloisissa oli 180 kiloa (80+100).

Nuoremmassa ikäluokassa kultamitalin nostivat myös Puntti-Karhujen Ruska Hirttiö (40 kg), Ounasvaaran Atleetti Klubin Inari Salmi (45 kg),



Ounasvaaran Atleetti Klubi voitti seurajoukkueiden SM-kultaa.

Ounasvaaran Atleetti Klubin Pinja Eskelinen (49 kg), Puntti-Karhujen Alexa Vainio (55 kg), Puntti-Karhujen Justiina Alminoja (59 kg) ja Puntti-Karhujen Sara Lindén (64 kg).

17-vuotiaiden parhaan tyttönostajan palkinnon vei Bodonoksen Janette Ylisoini, joka paransi 71-kiloisissa jopa naisten yhteistuloksen Suomen ennätystä. Rautaa nousi 210 kiloa (94+116).

Mestareita olivat myös Ruska Hirttiö, Inari Salmi, Pinja Eskelinen, Ounasvaaran Atleetti Klubin Matilda Jauhojärvi (55 kg), Lappeenrannan Painonnostajien Aada Jäppinen (59 kg), Äänekosken Huiman Iita Kononen (64 kg), Lappeenrannan Painonnostajien Iina Heikkilä (76 kg) ja Puntti-Karhujen Elli Iso-metsä (81 kg).

15-vuotiaiden poikien parhaat pisteet keräsi Ounasvaaran Atleetti Klubin Kai Ollonen, joka jatkoi kultaputkea yleisen sarjan SM-kilpailuista. Hän voitti 55-kiloiset 171 kilolla (76+95) tempauksen ollessa ikäluokan SE.

Nuoremassa ikäluokassa kultamitalin nostivat myös Ounasvaaran Atleetti Klubin Torbjørn Russell (49 kg), Äänekosken Aapo Pimiä (61 kg), Tampereen Sisun Ukko Minkkinen (67 kg), Ounasvaaran Atleetti Klubin Hugo Gröhn (73 kg), Ounasvaaran Atleetti Klubin Peetu Akujärvi (81 kg) ja Lempäälän Kisan Aapo Kallioinen (89 kg).

17-vuotiaissa parhaasta tuloksesta vastasi Ounasvaaran Atleetti Klubin Hannes Pränni, jonka voittotulos 81-kiloisissa oli 236 kiloa (105+131).

Muut mestarit olivat Torbjørn Russell, Kai Ollonen, Aapo Pimiä, Ounasvaaran Atleetti Klubin Joona Jokela (67 kg), Kalajoen Junkkareiden Juho Kyösti (73 kg), Tampereen Pyrinnön Eliel Jännes (89 kg), Lahden Atomin Jerry Jokinen (96 kg), Bodonoksen Lauri Hänninen (102 kg) ja Ylöjärven Ryhdin Antti Vähäkoski (yli 102 kg).

JANETTE YLISOINI LOISTI MYÖS LOHTAJALLA

20- ja 23-vuotiaiden SM-kilpailut nostettiin Kokkolan Lohtajalla 12.–13. elokuuta. Naisten sarjoissa paras nostaja oli - ei mitenkään yllätyksellisesti - Bodonoksen Janette Ylisoini. Hän voitti 76 kilon sarjan paljonpuhuvalla 216 kilon (101+115) yhteistuloksella - tuplamestaruus ja jälleen tukku Suomen ja Pohjoismaiden ennätyksiä niin etteivät kirjurit pysyneet perässä.

Lohja-Liftingin Minni Hormavirta nosti samassa sarjassa ja oli yhtä varma tuplahopeamitalisti 195 kilolla (80+115). Työntö kirjattiin 15-vuotiaiden Suomen ennätykseksi, kun Ylisoini oli ehtinyt hetkeä aiemmin työn-



Eetu Hautaniemi oli nuorten SM-kisojen paras miesnostaja.



Hannes Keskitalon saldo oli henkilökohtainen ja seurajoukkueiden SM-kulta.

tää saman raudan 17- ja 20-vuotiaiden ennätyksiksi.

Nuoremassa ikäluokassa muut mestarit olivat Ounasvaaran Atleetti Klubin Pinja Eskelinen (49 kg), Lempäälän Kisan Iiris Savolainen (55 kg), Alahärmän Kisan Vilma Korkiatupa (59 kg), Ounasvaaran Atleetti Klubin Kaisa Rautio (64 kg), Rovaniemen Reippaan Jannike Bäckström (71 kg) ja Rovaniemen Reippaan Marla Sinisaari (81 kg).

Vanhemmassa ikäluokassa tuplamestareiksi leivottiin Ylisoinin lisäksi Eskelinen, Bäckström ja Sinisaari.

Muita Suomen mestareita olivat Alavuden Urheilijoiden Siri Sytelä (55 kg), Espoo Weightlifting Academyn Vilma Väisänen (59 kg), Rovaniemen Reippaan Ronja Leppiaho (64 kg) ja Joensuu Puntti-Poikien Sanni Pietarinen (87 kg).

Miesten puolella paras nostaja kesytti rautaa niin ikään sekä 20- että 23-vuotiaiden ikäluokassa. Tittelin pokkasi Puntti-Karhujen Eetu Hautaniemi, joka voitti 81 kilon sarjan yhteistuloksella 275 kiloa (124+151). Työntö on 20- ja 23-vuotiaiden Suomen ennätys.

Nuoremassa ikäluokassa muut mestarit olivat Ounasvaaran Atleetti Klubin Kai Ollonen (55 kg), Tampereen Pyrinnön Patrik Ahtiainen (61 kg), Puntti-Karhujen Joona Viitasaari (67 kg), Puntti-Karhujen Veikko Ojala (73 kg), Tampereen Pyrinnön Eliel Jännes (89 kg), Rovaniemen Reippaan Jaro Haapakoski (96 kg) ja Ounasvaaran Atleetti Klubin Hannes Keskitalo (yli 109 kg).

Tuplamestareiksi Hautaniemen ohella voimailivat Ollonen, Ahtiainen,



Kai Ollonen voitti viisi henkilökohtaista SM-kultaa.

Viitasaari, Ojala ja Keskitalo.

Muita sarjavoittajia olivat Tampereen Pyrinnön Markus Helin (89 kg), Joensuun Puntti-Poikien Juuso Hartikainen (96 kg) ja Ounasvaaran Atleetti Klubin Väinö Suoniemi (102 kg).

MASTERSKISASSA TAATTU SUOSIO

Masters-ikäiset kamppailivat SM-mitaleista 31. maaliskuuta - 2. huhtikuuta Rovaniemellä. Suosio on taattu vuodesta toiseen, sillä nyt tankoon tarttui 251 nostajaa (88 naista ja 163 miestä). Suuren osanottajamäärän johdosta tehtiinkin päätös, että tulevaisuudessa masters SM-kisat ovat kaksiosaiset. Ensi vuoden SM-kisat Kouvolan Kuusankoskella ovat vanhempien ikäluokkien (50+) osalta 12.-14. huhtikuuta ja nuorempien ikäluokkien osalta 4.-6. lokakuuta.

Rovaniemellä nähtiin - kuten asiaan kuuluu - Suomen ennätysten iloista tulitusta. Naisten ikäluokkien parhaat olivat Porlamin Pamauksen Assi Koivisto-Allonen (N65), Rovaniemen Reippaan Kristiina Lautamo (N60), Alppilan Puntti-Weikkojen Satu Niemelä (N55), Ounasvaaran Atleetti Klubin Johanna Husa-Russell (N50), Heraklesin Titta Sillman (N45), Lohja-Liftingin Riina Saksa (N40) ja Styrkestället Barbell Clubin Elin Lindqvist (N35). Lindqvist teki historiaa nostamalla SM-kultaa Ahvenanmaalle.

Miesten ikäluokkien parhaat olivat Keljon Viestin Juhani Oikarinen (M85), Kauhajoen Karhun Matti Krekola (M75), Vaasan Kiiston Uolevi Kahelin (M70), Lahden Atomin Veijo Mäntymäki (M65), Lohja-Liftingin Jari Hirvonen (M60), Raution Kisailijoiden Keijo Rättyä (M55), Kuusankosken Kisan Jarkko Takala (M50), Lappeenrannan Painonnostajien Marko Kupiainen (M45), Kurikan PunttiKlubin Mika Palomäki (M40) ja Lifting Varkauden John Tenhumäki (M35).



Saara Retulainen oli SM-kisojen paras naisnostaja. Kuva Saksan Bundesliigasta.



Janette Ylisoini voitti kolme henkilökohtaista SM-kultaa. Kuva nuorten PM-kisoista

ATLEETTI KLUBI UUSI SEURAJOUKKUEMESTARUUDEN

Seurajoukkueiden Suomen mestaruus ratkesi 25. marraskuuta Rovaniemellä. Pisimmän korren veti viime vuoden tapaan Ounasvaaran Atleetti Klubi.

Muut mitalit menivät Rovaniemen Reippaalle ja Puntti-Karhuille.

Mestarijoukkueeseen kuuluivat Matilda Jauhojärvi, Viivi Körkkö, Kaisa Rautio, Hanno Keskitalo, Konsta Suoniemi ja Hannes Keskitalo.

Tempauksen ja työnnön lajikohtaiset SM-kilpailut käytiin perinteisesti 2. heinäkuuta Rönnin lavalla, Oriveden Eräjärvellä. Molempien lajien mestareita olivat Tampereen Pyrinnön Ilona Naskali, Tampereen Pyrinnön Jessica Selin, Alavuden Urheilijoiden Siri Sytelä ja Tampereen Pyrinnön Eliel Jännes. Miesten tempauksen mestaruus meni desimaaleilla Tampereen Pyrinnön Lauri Tuoviselle ja työnnön mestaruus samoin tavoin Lappeenrannan Painonnostajien Jonathan Räsäselle. ■

Raimo Turunen on poissa

Suomen Painonnostoliiton varapuheenjohtaja Raimo Turunen on kuollut. Hän oli syntynyt 17. marraskuuta 1956 Rautavaaralla ja menehtyi vaikeaan ja nopeasti edenneeseen sairauteen 30. toukokuuta Helsingissä.

Turunen tunnettiin painonnostoväen keskuudessa laajasti niin kotimaassa kuin ulkomaillaakin. Hän tuli lajin pariin ensin urheilijana sekä myöhemmin ansioituneena valmentajana ja arvostettuna kilpailujen teknisenä toimihenkilönä sekä Painonnostoliiton työntekijänä ja luottamushenkilönä.

Turunen vietti lapsuutensa ja nuoruutensa pienessä Rautavaaran kunnassa, Pohjois-Savossa. Hän muutti pääkaupunkiseudulle jo 15-vuotiaana ja asui siellä kuolemaansa saakka.

Turunen edusti koko urheilu- ja toimitsijauransa Keravan Bodonosta. Hän saavutti seurajoukkueiden SM-pronssia Bodonoksen riveissä vuosina 1986 ja 1987.

Omaa urheilu-uraansa kiinnostavampana hän kuitenkin piti painonnostajien valmentamista sekä myöhemmin painonnoston hallinto- ja tuomaritehtäviä.

Järjestötehtävät alkoivat Suomen Työväen Urheiluliitossa (TUL) 1980- ja 1990-lukujen taitteessa. Turunen toimi valmentajana TUL:n kansainvälisillä kilpailumatkoilla sekä oli paikallisesti järjestämässä kovatasoisia kansainvälisiä painonnostokilpailuja Keravalla. Niitä kilpailuja oli tähdittämässä olympiavoittajia, maailmanmestareita, arvokisamitalisteja ja ME-nostajia, ja sitä kautta Turunen loi ensimmäiset kansainväliset suhteensa painonnoston parissa.

Suomen Painonnostoliitto (SPNL) pestasi Turusen ensimmäistä kertaa vuonna 1995, jolloin hänet nimettiin tyttöjen ja poikien vastuuvalmentajaksi. Pari vuotta myöhemmin hän otti siipiensä suojiin nuorten maajoukkueeseen.

Vuosi 1998 oli Turuselle merkittävä, sillä hänet palkattiin Painonnostoliiton koulutus- ja valmennuspäälliköksi. Lahdessa järjestettiin samana vuonna – toistaiseksi ainoan kerran Suomessa – painonnoston yleisen sarjan maailmanmestaruuskilpailut, ja rakennusalan huippuosaajana Turusella oli merkittävä rooli kilpailuareenan rakentamisessa Lahden suurhalliin.



Vuosituhanen vaihteessa Turunen alkoi kiertää kansainvälisiä arvokilpailuja valmentajan roolissa. Turunen toimi valmentajana lähinnä nuorten MM- ja EM-kilpailuissa, mutta hän oli Suomen joukkueen valmentajana myös yleisen sarjan MM-kilpailuissa 2001.

Turusen valmennusvastuukaudella suomalaiset juniorinostajat saavuttivat kymmeniä MM- ja EM-mitaleita. Palkintopallille asti ylsivät muun muassa Benjamin Pirkkiö, Ali Oksala, Katja Greus, Heidi Harju ja Katri Suominen. Valmentajana Turunen koulutti koko ajan itseään ja suoritti viimeisimpänä ammattivalmentajatutkinnon Jyväskylän yliopistossa.

Valmentajan roolista Turunen siirtyi ketterästi Painonnostoliiton johtotehtäviin sekä painonnostokilpailujen tekniseksi toimihenkilöksi. Tuomarikortin korotusten myötä hän nousi vakiohenkilöksi SM-kisojen juryssa ja toimi siinä roolissa usein myös kansainvälisissä kilpailuissa.

Painonnostoliiton johtokuntaan Turunen kuului lähes koko 2000-luvun ajan. Hänet valittiin varapuheenjohtajaksi ensimmäisen kerran 2014, ja sitä tehtävää hän hoiti kuolemaansa saakka. Johtokuntaedustuksensa aikana Turunen toimi pitkään ensin teknisessä valiokunnassa (nykyinen kilpailutoiminnan asiantuntijaryhmä), valmennus- ja koulutusvaliokunnassa sekä nykyisessä valmennuksen ja koulutuksen asiantuntijaryhmässä.

Turusen teknisen toimihenkilön uralla suurin haave oli päästä tuomari Tokion 2020 olympialaisiin. Se jäi

valitettavasti toteutumatta, mutta tuomarina, kongressiedustajana ja juryn jäsenenä hän ehti kiertää lukuisissa eri maissa. Suomen Painonnostoliitto palkitsi Turusen Vuoden tuomarina 2021 ja 2022 sekä aktiivisimpana tuomarina 2019.

Ihmisenä Turunen oli eri sukupolvien keskuudessa pidetty, sympaattinen ja helposti lähestyttävä. Hänet tunnettiinkin tuttavallisemmin nimellä Rami. Rami otettiin mielellään vastaan, kun hän kävi opastamassa seuraväkeä ympäri Suomen. Painonnoston kautta Turunen sai ystäviä ympäri maailman.

E erityisen liikuttava hetki oli, kun Keravan Bodonosta edustava Janette Ylisoini saavutti 17-vuotiaiden MM-hopeaa viime vuoden kesäkuussa Meksikon Leonissa. Ylisoini sai lajimitalit huomioituna kolme mitalia, jotka ovat laatuaan ensimmäisiä suomalaisnostajan saavuttamia kyseisissä kilpailuissa. Turunen oli Meksikossa teknisenä toimihenkilönä. Ylisoinin valmentajana kisoissa toimi Juha Kukkonen, jota Turunen oli tämän aktiiviuralla valmentanut. Turusen omista valmennettavista Juha Kukkonen lisäksi miesten SM-kisoissa aikoinaan kunnostautui muun muassa Pekka Reponen.

Turusella olisi ollut vielä paljon annettavaa painonnostolle, mutta hän sai keväällä pysäyttävän diagnoosin – elinaikaa oli jäljellä viikkoja eikä aggressiivisesti ja nopeasti edenneen sairauden seurauksena ollut mitään tehtävissä.

Turusta jäivät kaipaamaan läheiset sekä laaja kansainvälinen painonnostoyhteisö. ■

TEKSTI JAARLI PIRKKIÖ
KUVA BODONOS JA
HARRI HELIN/NUVO



Raimo Turusen leski Hanna Kruth ja poika Oskari Kruth Tuomo Suihkosen ja Wernerin Suihkosen kanssa kuvassa.

Raimo Turusen muistolle nostettiin Keravan City-salilla

Bodonos järjesti toukokuussa menestyneen Raimo Turusen muistokilpailut Keravan City-voimailusallilla 18. marraskuuta. Ajankohta oli valittu lähelle Turusen syntymäpäivää, joka oli 17. marraskuuta.

Kilpailunjohtaja Juha Kukkonen piti muistokilpailuja kokonaisuutena erittäin onnistuneena tapahtumana. Avajaispuheen piti Bodonoksen voimailujaoston puheenjohtaja ja Raimo Turusen pitkäaikainen ystävä Markku Liimatainen.

– Lämminhenkinen painonnostokilpailu, jossa oli sopiva määrä osanottajia, Kukkonen luonnehti.

Raimo Turusen leski Hanna Kruth ja poika Oskari Kruth olivat kutsuttuina paikan päällä.

Kilpailuihin osallistui seitsemän naista ja kymmenen miestä kymmeneä eri seurasta.

Naisten parhaana palkittiin Lohja-Liftingin Hanna Kunelius, joka kasasi 59-kiloisissa yhteistuloksen 164 kiloa (74+90). Miesten paras Nummelan Voimailijoiden Jarkko Nieminen nosti 81-kiloisissa 228 kiloa (103+125).

■



Jarkko Nieminen palkittiin parhaana miesnostajana.



Markku Liimatainen lausui muistokilpailujen avajaisanat.

TEKSTI KALLE VIRTAPOHJA

Maaottelujen urakoitsija, Tauno Kare 1934–2023

Ennätykselliset 43 kertaa Suomea painonnoston maaotteluissa edustanut Tauno Kare (alk. Karelberg) kuoli Helsingissä 88-vuotiaana 1. toukokuuta. Hän oli syntynyt Viipurin maalaiskunnan Perojoella 22. elokuuta 1934.

"Tanen" maaottelu-ura alkoi 1950-luvulla ja kesti 1970-luvulle asti. Ensimmäinen Ranska-maaottelu käytiin Pariisissa sattumoisin samassa sirkuksessa vuonna 1956, jossa Tane oli vain vähän aikaisemmin ollut töissä.

Parhaimmillaan maailmanennätys jäi vain viiden kilon päähän. Tane voitti kuusi Pohjoismaiden ja yhdeksän Suomen mestaruutta ja sijoittui MM-kisoissa viidenneksi. Hän oli painoluokassaan ensimmäinen suomalainen, joka ylsi 400 kg:n yhteistulokseen.

Tane oli nuorin kolmesta sisaruksesta. Isoveli Pekka Kare, joka oli Suomen Painonnostoliiton kunniapuheenjohtaja, menehtyi vain puoli vuotta sitten. Sisarukset kuuluivat niiden yli 400 000 suomalaisen joukkoon, joiden koti jäi rajan taakse. Tanen ensimmäinen evakko-aival alkoi 5-vuotiaana. Perhe palasi Viipuriin, mutta sieltä piti ennen pitkää lähteä uudelleen pois rintamalinjan alkaessa lähestyä kaupunkia jatkosodan loppuvaiheessa. Viisihenkinen perhe kotiutui Valkeakoskelle, missä Tanesta kehittyi ensin taitava voimistelija ja akrobaatti.

Tauno Kare teki 1950-luvulla monia tarinoita synnyttäen matkan Eurooppaan. Pariisissa hän pestautui Bouglionen sirkukseen, ja oltuaan siellä aikansa töissä, hän liittyi muukalaislegioonan. Kotimaahansa boheemi seikkailija palasi vain vähän ennen kuin legioonalaiset lähetettiin Algeriaan.

Rakennusyrittäjänä pitkän päivätyön tehnyt Kare aloitti rakennuksilla ajamalla 1950-luvulla Maa ja Kallio Oy:n kuorma-autoa. Helsingissä käytännössä koko työuransa toimineella Tanella oli laaja ystäväpiiri, joka nautti reilun kaverin värikkäistä jutuista.



Viime syksynä Tane pääsi kunniavieraana katsomaan omasta elämästään tehtyä monologia, jossa hänen tyttärentyttärensä Oona Kare teki vahvan roolisuorituksen. Näytelmän nimi oli enteellisesti "Saako taivaassa punaviiniä".

Viimeiset vuotensa Tane asui Lauttasaaren senioritalossa. Lopussa vain muutama päivä meni sairaalassa. Poislähtö tapahtui rauhallisesti ja kauniisti, kun oma tytär Johanna sai pitää isäänsä kädestä. ■

TEKSTI JAARLI PIRKKIÖ

Arvo Tölli on poissa

Masters-ikäluokan maailmanmestari Arvo Tölli on poissa. Hän oli syntynyt 16. marraskuuta 1935 Rovaniemen maalaiskunnan Patokoskella ja kuoli kotonaan Rovaniemen Sinetässä 13. marraskuuta.

Juureva voimamies hankki vahvan perustan yli 60 vuotta kestäneelle urheilu-uralleen metsurin ammatissa. Hän liittyi sodan jälkeen kotikylänsä urheiluseuraan Patokosken Patoon ja nosti ensimmäisen kerran Lapin piirimestaruuskilpailuissa vuonna 1957.

Tölli edusti suurimman osan painonnostourastaan Rovaniemen Lappia,

mutta kilpaili myös 1960-luvun alussa rovaniemeläisessä Lapin Lukossa sekä myöhemmin keminmaalaisessa Lauttasaaren Hakassa ja uransa kahtena viimeisenä vuonna Rovaniemen Reip-paassa.

Hän piti itse kovimpana suorituksena 100 kilon työntötulosta 70-vuotiaana.

Uran viimeiseksi painonnostokisaksi jäivät 12. kesäkuuta 2019 Lapin urheilupuistolla, Rovaniemellä käydyt masters Euroopan mestaruuskilpailut, joissa Tölli voitti 80-vuotiaiden sarjan 81 kiloa.

Tölli kilpaili menestyksekkäästi myös voimanostossa. Painonnosto, voimanosto ja penkkipunnerrus huomiointuna hän voitti yhteensä viisi masters-ikäluokan maailmanmestaruutta.

Tölli harjoitteli Sinetän omakotitalossaan, jonka 6x4 metrin työkaluhuoneeseen hän oli itse rakentanut voimailutilan.

Tölli oli herrasmies, joka seurasi tarkasti yhteiskunnan tapahtumia kuulemaansa saakka. Hän harrasti tuohitöitä, kalastusta sekä perunan- ja marjanviljelyä. ■

TOIMINTAKALENTERI 2024

TAMMIKUU

12.	Painonnoston valmentajakoulutus taso II	Tampere
13.	Kansalliset kilpailut	Kemijärvi
27.–28.	Piirinmestaruuskilpailut	Piireittäin
28.	Reykjavik International Games	Reykjavik, Islanti

HELMIKUU

3.–4.	Peruskoululaisten mestaruuskilpailut	Pori
12.–20.	Yleisen sarjan EM-kilpailut	Sofia, Bulgaria

MAALISKUU

1.–3.	Painonnoston valmentajakoulutus taso I	Tampere
8.–10.	Yleisen sarjan SM-kilpailut	Kalajoki

HUHTIKUU

2.–11.	Maailmancup (olympiakarsintakilpailu)	Phuket, Thaimaa
12.–14.	Masters SM-kilpailut (50–85+)	Kuusankoski, Kouvola

TOUKOKUU

17.–19.	Painonnoston valmentajakoulutus taso I	Tampere
18.–19.	15- ja 17-vuotiaiden SM-kilpailut	Rovaniemi
22.–26.	17-vuotiaiden MM-kilpailut	Lima, Peru

KESÄKUU

15.–23.	Masters EM-kilpailut	Haugesund, Norja
---------	----------------------	------------------

HEINÄKUU

7.	Tempauksen ja työnnon SM-kilpailut	Eräjärvi, Orivesi
----	------------------------------------	-------------------

ELOKUU

7.–11.	Olympialaiset (painonnosto)	Pariisi
17.–18.	20- ja 23-vuotiaiden SM-kilpailut	Pori
31.	Etelä-Suomen mestaruuskilpailut	Helsinki
31.	Pohjois-Suomen mestaruuskilpailut	Rautio, Kalajoki

SYYSKU

5.–14.	Masters MM-kilpailut	Rovaniemi
5.–15.	15- ja 17-vuotiaiden EM-kilpailut	Thessaloniki, Kreikka
19.–27.	20-vuotiaiden MM-kilpailut	León, Espanja

LOKAKUU

4.–6.	Masters SM-kilpailut (35–45)	Kuusankoski, Kouvola
	Yleisen sarjan PM-kilpailut	Färsearet
	20- ja 23-vuotiaiden EM-kilpailut	Raszyń, Puola

MARRASKUU

23.	17- ja 20-vuotiaiden PM-kilpailut	Tanska
	Seurajoukkueiden SM-finaali	Tampere
	Yleisen sarjan MM-kilpailut	Manama, Bahrain

Toimintakalenteri päivittyy osoitteessa: www.painonnosto.fi/tapahtumat
 Kahvakuulaurheilun tapahtumat löytyvät osoitteesta: www.kahvakuulaurheilu.net
 Toiminnallisen urheilun tapahtumat löytyvät osoitteesta: www.fin2f.fi

PERUSKOULULAISTEN
MESTARUUSKILPAILUT
KALAJOKI 11.–12.2.2023

TYÖTÖT:

32 kg: 1. Ruska Hirttiö Pori (-10/28,6) 71 kg PKE (31 PKE+40 PKE) 185,777 p., 2. Isla Korkalo Kokkola (-15/23,2) 20 kg (9+11) 67,486 p. **36 kg:** 1. Wilhelm Juntto Haaparanta (-11/32,95) 72 kg PKE (30 PKE+42 PKE) 161,314 p., 2. Tinja Pajunpää Kokkola (-10/35,5) 40 kg (18+22) 83,042 p., 3. Milja Junnikkala Kalajoki (-10/32,65) 26 kg (10+16) 58,814 p. **40 kg:** 1. Inari Salmi Rovaniemi (-10/39,3) 65 kg (27+38) 122,361 p., 2. Ninni Imponen Kemijärvi (-12/39,35) 56 kg (24+32) 105,295 p., 3. Moona Marjeta Rovaniemi (-11/37,55) 47 kg (21+26) 92,361 p., 4. Silvia Sorvari Kalajoki (-11/38,65) 36 kg (16+20) 68,832 p., 5. Elli Kamunen Kalajoki (-11/39,85) 25 kg (11+14) 46,462 p. **45 kg:** 1. Pinja Eskelinen Joensuu (-09/45,0) 106 kg PKE (46 PKE+60 PKE) 177,079 p., 2. Veera Lindgren Pori (-08/43,5) 95 kg (42+53) 163,328 p., 3. Sara Mäntykenttä Rovaniemi (-09/43,5) 61 kg (26+35) 104,874 p., 4. Sandra Heikkilä Kalajoki (-09/42,35) 59 kg (24+35) 103,822 p. **49 kg:** 1. Wera Juntto Haaparanta (-12/48,85) 52 kg (21+31) 81,295 p., 2. Veera Isopahkala Kalajoki (-10/47,7) 43 kg (17+26) 68,498 p., 3. Lotta Koutonen Kalajoki (-12/46,85) 27 kg (11+16) 43,635 p. **55 kg:** 1. Alexa Vainio Pori (-08/54,65) 98 kg (45+53) 140,977 p., 2. Pinja Haapakoski Rovaniemi (-07/54,4) 95 kg (43+52) 137,104 p., 3. Veera-Matilda Cederlöf Vihti (-07/50,05) 90 kg (38+52) 138,093 p., 4. Fiia Niemelä Kalajoki (-07/52,35) 83 kg (36+47) 123,144 p., 5. Matleena Peltomäki Pori (-09/50,5) 75 kg (33+42) 114,297 p., 6. Jenni Vierikko Kurikka (-07/53,7) 70 kg (30+40) 101,959 p., 7. Anni Perälä Alajärvi (-09/52,15) 67 kg (30+37) 99,684 p., 8. Aino Eerikäinen Helsinki (-11/50,3) 60 kg (24+36) 91,713 p., 9. Etsiina Mamiä Lempäälä (-11/54,45) 41 kg (18+23) 59,132 p., Stina Vaara Haaparanta (-09/50,5) – (-+0). **59 kg:** 1. Saimi Lönnqvist Helsinki (-07/58,3) 95 kg (41+54) 130,771 p., 2. Aino Saariaho

Kalajoki (-11/56,6) 38 kg (16+22) 53,355 p. **64 kg:** 1. Kaisa Rautio Rovaniemi (-07/62,95) 151 kg (65+86 PKE) 197,995 p., 2. Sara Lindén Pori (-08/62,15) 142 kg (62+80) 187,657 p., 3. Miina Valtonen Sauvo (-07/63,85) 127 kg (57+70) 165,108 p., 4. Tinja-Sofia Saine Pori (-08/63,75) 108 kg (48+60) 140,538 p., 5. Iina Lehtimäki Kurikka (-08/62,05) 93 kg (43+50) 123,024 p., 6. Sonja Saarinen Lohja (-08/61,45) 88 kg (42+46) 117,114 p. **71 kg:** 1. Minni Hormavirta Lohja (-08/69,05) 181 kg PKE (80 PKE+101 PKE) 225,023 p., 2. Rauha Rajainmäki Pori (-08/69,45) 122 kg (45+77) 151,199 p., 3. Helmi Koikkalainen Lempäälä (-07/69,7) 121 kg (49+72) 149,657 p., 4. Maikki Laine Pori (-07/64,35) 99 kg (46+53) 128,11 p. **+71 kg:** 1. Auroora Nikkarikoski Kalajoki (-07/83,7) 72 kg (30+42) 81,632 p., 2. Sini Kolppanen Kalajoki (-07/93,1) 56 kg (24+32) 60,993 p. **POJAT: 35 kg:** 1. Tuisku Hirttiö Pori (-10/34,8) 81 kg (37+44) 190,46 p., 2. Lauri Salmi Rovaniemi (-13/33,95) 61 kg (28+33) 147,26 p., 3. Eino Lautamo Kemijärvi (-12/31,75) 60 kg (26+34) 155,87 p., 4. Jussi Kulju Kokkola (-14/22,1) 20 kg (8+12) 81,278 p. **40 kg:** 1. Torbjörn Russell Rovaniemi (-10/39,3) 116 kg PKE (51 PKE+65 PKE) 241,025 p., 2. Lauri Koikkalainen Lempäälä (-11/39,55) 68 kg (27+39) 140,419 p., 3. Veeti Sulasalmi Rovaniemi (-11/40,0) 66 kg (28+38) 134,802 p., 4. Konsta Hagman Tampere (-11/37,8) 64 kg (27+37) 138,203 p., 5. Lauri Anneberg Kalajoki (-13/36,95) 33 kg (14+19) 72,917 p. **45 kg:** 1. Charger Lindholm Kurikka (-10/43,7) 90 kg (40+50) 169,199 p., 2. Ukko Russell Rovaniemi (-11/42,3) 88 kg (35+53) 170,462 p., 3. Santeri Kannus Kalajoki (-11/42,6) 64 kg (27+37) 123,163 p., 4. Akseli Lähdeniemi Vihti (-11/44,05) 60 kg (26+34) 111,987 p., 5. Peetu Marjeta Rovaniemi (-13/42,00) 36 kg (18+18) 70,198 p., 6. Max Takunen Kalajoki (-13/45,0) 27 kg (12+15) 49,33 p. **49 kg:** 1. Jonni Lohenoja Lahti (-09/48,15) 111 kg (51+60) 191,676 p., 2. Ville Suomalainen Turku (-07/46,1) 93 kg (41+52) 166,708 p., 3. Kalle Lehisto Rovaniemi (-08/48,0) 81 kg (36+45) 140,241 p., 4. Åke Pimiä Saarijärvi (-10/48,3) 72

kg (33+39) 124,004 p., 5. Olli Imponen Kemijärvi (-10/46,6) 72 kg (32+40) 127,859 p., 6. Ilja Korkalo Rovaniemi (-11/47,6) 50 kg (22+28) 87,186 p., 7. Mikhail Ippolitov Kalajoki (-10/45,7) 40 kg (18+22) 72,252 p. **55 kg:** 1. Kai Ollonen Rovaniemi (-08/51,1) 150 kg PKE (65 PKE+85 PKE) 246,617 p., 2. Pekka Teivaala Kurikka (-08/50,65) 78 kg (34+44) 129,161 p., 3. Kalle Suomalainen Turku (-10/54,0) 56 kg (26+30) 88,151 p. **61 kg:** 1. Aapo Pimiä Saarijärvi (-08/59,2) 108 kg (48+60) 158,828 p., 2. Jasper Marjeta Rovaniemi (-08/58,7) 107 kg (49+58) 158,828 p., 3. Teemu Mitrunen Helsinki (-10/56,3) 91 kg (42+49) 138,799 p., 4. Martti Sinkkonen Kalajoki (-10/61,0) 50 kg (21+29) 72,005 p., 5. Aku Nuorala Kalajoki (-10/60,45) 44 kg (20+24) 63,764 p., 6. Jerry Kähkönen Kalajoki (-13/59,55) 27 kg (12+15) 39,541 p. **67 kg:** 1. Saku Mattila Ulvila (-08/65,5) 135 kg (62+73) 185,402 p. **73 kg:** 1. Elias Mäkitalo Rovaniemi (-07/71,1) 152 kg (65+87) 198,446 p., 2. Hugo Gröhn Rovaniemi (-08/69,15) 151 kg (67+84) 200,453 p., 3. Kristen Sorvari Ulvila (-08/68,45) 146 kg (62+84) 195,026 p., 4. Veikka Oja Kalajoki (-11/71,8) 67 kg (32+35) 86,971 p., 5. Elmeri Lankila Kalajoki (-09/71,8) 62 kg (28+34) 80,481 p. **81 kg:** 1. Touko Huhtimäki Tampere (-07/78,45) 168 kg (73+95) 207,626 p., 2. Lenni Teurajärvi Rovaniemi (-06/74,25) 166 kg (71+95) 211,379 p., 3. Peetu Akujärvi Rovaniemi (-09/75,15) 133 kg (61+72) 168,224 p., 4. Santeri Okkonen Kalajoki (-09/78,35) 122 kg (52+70) 150,872 p., 5. Petteri Teivaala Kurikka (-07/74,2) 120 kg (55+65) 152,862 p. **+81 kg:** 1. Julius Viio Kokkola (-07/84,05) 221 kg (96+125) 263,801 p., 2. Antti Vähäkoski Ylöjärvi (-07/103,2) 175 kg (75+100) 191,88 p., 3. Aapo Kallioinen Lempäälä (-08/83,45) 146 kg (68+78) 174,88 p., 4. Lauri Lautamies Imatra (-07/81,85) 100 kg (44+56) 191,88 p. **KUNTAKOHTAISET PISTEET:** 1. Rovaniemi 87, 2. Kalajoki 62, 3. Pori 44, 4. Kokkola 20, 5. Kurikka 17, 6. Haaparanta 14.

YLEISEN SARJAN
SM-KILPAILUT KARVIA
24.–26.2.2023

NAISET: 49 kg: 1. Sadia Noor-E APW (-86/48,45) 122 kg (53+69) 191,963 p., 2. Elli Mus-tonen JoPuPo (-85/48,9) 121 kg (55+66) 189,017 p., 3. Marian-na Polvi APW (-91/48,25) 119 kg (52+67) 187,853 p. **55 kg:** 1. Siri Sytelä AU (-00/54,8) 159 kg (71+88) 228,289 p., 2. Marju Kymäläinen HWJ (-92/54,6) 155 kg (73+82) 223,118 p., 3. Viivi Körkkö OAK (-02/54,7) 146 kg (65+81) 209,892 p., 4. Miira-Mari Muukkonen LoLif (-93/54,95) 145 kg (60+85) 207,789 p., 5. Matilda Jauhojärvi OAK (-06/54,15) 143 kg (63+80 T17SE) 207,052 p., 6. Iiris Savolainen LeKi (-06/54,0) 142 kg (65+77) 206,01 p., 7. Saara Postila OAK (-06/53,8) 133 kg (60+73) 193,464 p., 8. Johanna Husa-Russell OAK (-72/54,85) 132 kg (57+75 N50SE) 189,401 p., Tea Laakkonen LoLif (-85/54,95) – (+80). **59 kg:** 1. Saara Retu-lainen TAK (-93/58,8) 194 kg (86+108) 265,555 p., 2. Vilma Väisänen EWA (-02/58,35) 164 kg (74+90) 225,624 p., 3. Hanna Kunelius LoLif (-88/58,05) 160 kg (73+87) 220,872 p., 4. Ella Häkkinen KelVi (-98/58,45) 154 kg (69+85) 211,628 p., 5. Venla Silvennoinen RoRe (-99/58,5) 147 kg (62+85) 201,895 p., 6. Heidi Kunelius LoLif (-88/58,05) 146 kg (65+81) 201,546 p., 7. Meri Mäntty RoRe (-02/58,6) 142 kg (63+79) 194,809 p., Ronja Lep-piaho RoRe (-00/58,55) – (72+) **64 kg:** 1. Aino Luostarinen OAK (-03/63,7) 199 kg (87+112) 259,077 p., 2. Marianne Saar-helo Herakles (-94/62,6) 182 kg (76+106) 239,455 p., 3. Jannike Bäckström RoRe (-03/63,55) 181 kg (81+100) 235,976 p., 4. Iita Kononen ÄH (-06/62,55) 172 kg (78+94) 226,409 p., 5. Riina Saksa LoLif (-80/63,65) 166 kg (73+93) 216,216 p., 6. Henna Pöyhönen LPN (-96/63,3) 165 kg (72+93) 215,627 p., 7. Kaisa Rautio OAK (-07/63,0) 160 kg (72+88) 209,695 p., 8. Elli-Noora Nevalainen APW (-98/63,5) 159 kg (70+89) 207,392 p., 9. Niina Laine TP (-82/61,9) 154 kg (74+80) 204,022 p., 10. Wilma Kangasluoma TAK (-98/63,7) 152 kg (70+82) 197,888 p., 11. Sanni Takkunen RoRe (-02/63,45)

149 kg (65+84) 194,441 p., Olivia Kononen PuKa (-04/63,95) – (-+86) **71 kg**: 1. Anni Vuohijoki RoRe (-88/66,3) 193 kg (85+108) 245,447 p., 2. Ilona Teittinen Herakles (-01/67,45) 184 kg (80+104) 231,734 p., 3. Veera Harinen Atomi (-95/70,05) 182 kg (82+100) 224,518 p., 4. Gerta Jürgenson OAK (-06/69,15) 173 kg (80+93) 214,908 p., 5. Aino Iso-metsä Herakles (-95/70,85) 168 kg (75+93) 206,002 p., 6. Pihla Säynäjäkangas TP (-96/65,85) 159 kg (70+89) 203,0 p., Minni Hormavirta LoLif (-08/70,05) – (+106 T15SE) **76 kg**: 1. Emma Gleisner LeKi (-97/74,8) 189 kg (86+103) 225,448 p., 2. Ria Seppälä APW (-99/72,8) 168 kg (73+95) 203,127 p., 3. Marla Sinisaari RoRe (-05/75,8) 167 kg (73+94) 197,925 p., 4. Terhi Lumme Herakles (-85/71,95) 162 kg (72+90) 197,055 p. **81 kg**: 1. Neea Toivokainen LEL (-93/79,15) 185 kg (80+105) 214,883 p., 2. Suvi Helin TP (-85/79,7) 170 kg (73+97) 196,847 p., 3. Sofia Rönkkö RoRe (-99/77,85) 166 kg (73+93) 194,279 p. **87 kg**: 1. Aleksandra Buhtin Atomi (-93/85,65) 182 kg (77+105) 204,431 p.

MIEHET: 55 kg: 1. Kai Ollonen OAK (-08/52,2) 155 kg (70+85) 250,537 p. **67 kg**: 1. Joona Viitasaari PuKa (-04/61,8) 215 kg (97+118) 306,87 p., 2. Rasmus Salonen PuKa (-99/66,55) 206 kg (92+114) 280,051 p., 3. Taneli Ollila OP (-00/64,9) 203 kg (90+113) 280,454 p. **73 kg**: 1. Juuso Kokko EWA (-04/72,3) 244 kg (113 M20+M23SE+131) 315,456 p., 2. Joel Holappa TP (-99/72,95) 219 kg (98+121) 281,678 p., 3. Aatu Koponen TP (-91/72,9) 218 kg (97+121) 280,502 p., 4. Mikko Rauha-la OAK (-01/72,65) 211 kg (95+116) 272,032 p., 5. Reino Tuomisto PaU (-99/72,55) 210 kg (92+118) 270,958 p. **81 kg**: 1. Klaus Eloranta TAK (-93/80,75) 275 kg (124+151) 334,818 p., 2. Eetu Hautaniemi PuKa (-05/80,7) 266 kg M20+M23SE (120 M20+M23SE+146) 323,962 p., 3. Mikael Kouhia TP (-95/80,8) 259 kg (117+142) 315,239 p., 4. Timo Sihvo TP (-93/80,9) 258 kg (118+140) 313,825 p., 5. Iiro Hartikainen JoPuPo (-78/80,95) 249 kg M45SE (115 M45SE+134 M45SE)

302,783 p., 6. Henri Jutila LeKi (-93/80,65) 239 kg (105+134) 291,17 p., Kristian Laapotti TP (-92/80,85) – (-+89 kg: 1. Antti Peltokangas RoRe (-95/88,7) 305 kg (129+176) 355,098 p., 2. Jonathan Räsänen LPN (-94/86,45) 281 kg (120+161) 330,996 p., 3. Max Barkman Herakles (-99/88,5) 280 kg (128+152) 326,321 p. **96 kg**: 1. Jesse Nykänen Atomi (-96/95,9) 302 kg (137+165) 340,261 p., 2. Pasi Liikka KuKisa (-98/95,3) 290 kg (129+161) 327,555 p., 3. Mika Palomäki KPK (-82/95,5) 278 kg (119+159) 313,739 p., 4. Oliver Svartberg TAK (-99/94,5) 275 kg (130+145) 311,666 p., 5. Joonas Hasu KuKisa (-99/95,2) 274 kg (117+157) 309,613 p., 6. Ville Isakkila TP (-89/95,85) 271 kg (121+150) 305,396 p. **102 kg**: 1. Roni Peltonen TP (-98/100,75) 314 kg (137+177) 347,234 p., 2. Rebin Rezazadeh RoRe (-95/101,55) 300 kg (131+169) 330,809 p., 3. Aleks Schöning Herakles (-99/101,85) 299 kg (132+167) 329,36 p., 4. Ville Jääskeläinen TP (-91/101,55) 268 kg (120+148) 295,523 p. **109 kg**: 1. Hannes Keskitalo OAK (-96/105,55) 331 kg (145+186) 360,164 p., 2. Jani Heikkinen KJ (-94/105,5) 298 kg (132+166) 324,307 p., 3. Aapo Ylä-Autio TP (-96/107,05) 285 kg (120+165) 308,681 p., 4. Matias Wiina APW (-94/104,6) 283 kg (133+150) 308,869 p., 5. Joni Järvinen APW (-96/108,05) 271 kg (115+156) 292,646 p., Kimmo Lummi TP (-87/108,0) – (120 M35SE+) **+109 kg**: 1. Matias Tuovinen TP (-01/150,55) 330 kg M23SE (145+185 M23SE) 332,545 p., 2. Lauri Tuovinen TP (-90/122,65) 304 kg (134+170) 317,02 p., 3. Hanno Keskitalo OAK (-03/136,65) 303 kg (140+163) 309,261 p.

SEURAPISTEET: 1. Tampereen Pyrintö 151, 2. Ounasvaaran Atleetti Klubi 108, 3. Rovaniemen Reipas 102, 4. Herakles 65, 5. Alppilan Puntti-Weikot 62, 6. Lahden Atomi 54.

17-VUOTIAIDEN
MM-KILPAILUT DÜRRES,
ALBANIA 29.3.2023

TYTÖT: 71 kg: 4. Janette Ylisoini Bodonos (-06/70,50) 198 kg (91+107) 243,425 p., Minni Hormavirta LoLif (-08/70,40) – (+100)

TÄYDELLISET TULOKSET: https://iwf.sport/results/results-by-events/?event_id=567

MASTERS SM-KILPAILUT
ROVANIEMI 31.3.–2.4.2023

N70: 71 kg: Teija Kortelainen JoPuPo (-53/65,4) – (43+).

N65: 55 kg: 1. Assi Koivisto-Altonen PorPa (-57/54,0) 75 kg N65SE (32+43) 108,808 p., 2. Maija-Riitta Sankamo KuKisa (-56/54,5) 74 kg (32+42) 106,659 p. **71 kg**: 1. Kii Korhonen OAK (-57/66,5) 56 kg (24+32) 71,095 p.

N60: 55 kg: 1. Hanna Pinomaa PorPa (-61/53,15) 58 kg (25+33) 85,108 p. **71 kg**: 1. Kristiina Lautamo RoRe (-59/65,7) 71 kg N60SE (31 N60SE+40) 90,767 p., 2. Annele Lagerroos PorPa (-62/67,0) 60 kg (25+35) 75,850 p. **76 kg**: 1. Carola Sevelius PorPa (-63/72,85) 66 kg N60SE (28+38 N60SE) 79,772 p.

N55: 55 kg: 1. Satu Niemelä APW (-68/54,1) 111 kg (48+63) 160,824 p., 2. Ona Kamu PorPa (-67/51,6) 68 kg (29+39) 101,968 p., 3. Rauni Juntunen APW (-66/52,65) 60 kg (27+33) 88,648 p. **64 kg**: 1. Mervi Kuusisto Herakles (-66/62,25) 97 kg (41+56) 128,061 p., 2. Barbara Lybeck PorPa (-66/62,9) 93 kg (40+53) 122,003 p. **71 kg**: 1. Pia Heinonen TAK (-68/68,6) 94 kg N55SE (37+57 N55SE) 117,281 p., 2. Arja Lohi RoRe (-68/67,15) 80 kg (34+46) 101,007 p., 3. Jaana Jurvansuu APW (-68/67,8) 66 kg (29+37) 82,882 p. **76 kg**: 1. Jaana Kukkonen LoLif (-64/73,0) 86 kg N55SE (35 N55SE+51 N55SE) 103,837 p., 2. Julie Silk TP (-67/74,6) 58 kg (25+33) 69,276 p. **81 kg**: 1. Hannele Korhonen PuKa (-67/78,7) 104 kg (43+61) 121,112 p., 2. Satu Takala PorPa (-66/79,8) – (+0) **87 kg**: 1. Satu Sandell OP (-67/84,1) 102 kg (45+57) 115,42 p. **+87 kg**: 1. Lea Pirttilä OAK (-65/109,7) 109 kg (49+60) 113,294 p.

N50: 55 kg: 1. Johanna Husa-Russell OAK (-72/54,65) 139 kg N50SE (61+78 N50SE) 199,958 p., 2. Virve Leikola PorPa (-72/54,2) 99 kg (43+56) 143,25 p. **59 kg**: 1. Minna Grönberg JäTe (-73/58,15) 93 kg (41+52) 128,236 p. **64 kg**: 1. Nina Uurtamo 8000Urh (-70/61,2) 110 kg (48+62)

146,766 p., 2. Jaana Alastalo KuKisa (-73/62,95) 98 kg (48+50) 128,5 p. **71 kg**: 1. Karoliina Majamaa PorPa (-71/69,85) 118 kg (48+70) 145,79 p., 2. Paula Haapoja LoVe (-73/67,25) 68 kg (28+40) 85,784 p. **76 kg**: 1. Eija Selkälä OAK (-72/75,35) 113 kg (50+63) 134,311 p., 2. Susanna Niemi OP (-71/73,35) 112 kg (52+60) 134,904 p. **81 kg**: 1. Tuula Lybeck PorPa (-70/79,45) 80 kg (30+50) 92,764 p. **87 kg**: 1. Sari Anria KelVi (-73/85,55) 121 kg N50SE (50 N50SE+71 N50SE) 135,976 p. **+87 kg**: 1. Kirsi Kokkonen 8000Urh (-72/95,75) 71 kg (31+40) 76,615 p.

N45: 59 kg: 1. Sanna Pälsi PorPa (-75/57,25) 85 kg (40+45) 118,43 p. **64 kg**: 1. Titta Sillman Herakles (-77/62,7) 140 kg (64+76) 184,017 p., 2. Annukka Salpakoski KelVi (-77/62,55) 110 kg (50+60) 144,796 p. **71 kg**: 1. Tuula Holappa TP (-78/67,35) 135 kg (60+75) 170,164 p., 2. Minna Karvinen OAK (-74/69,85) 134 kg (59+75) 165,558 p., 3. Eija Mustasaari RK (-78/65,1) 126 kg (53+73) 161,941 p. **76 kg**: 1. Heidi Antila APW (-76/72,25) 138 kg (60+78) 167,503 p., 2. Ulla Merjamo Herakles (-78/75,15) 137 kg (60+77) 163,048 p., 3. Katja Kauppinen Atomi (-75/75,15) 119 kg (51+68) 141,625 p., 4. Hanna-Leena Siiskonen Kiuru (-78/74,05) 114 kg (50+64) 136,662 p. **81 kg**: 1. Päivi Kotiranta-Lattu KuKisa (-76/77,6) 92 kg (40+52) 107,833 p. **87 kg**: 1. Paula Koski RK (-76/83,8) 116 kg (48+68) 131,455 p.

N40: 49 kg: 1. Anne Isokangas APW (-82/47,6) 99 kg (43+56) 157,971 p. **55 kg**: 1. Anna-Leena Weckman LEL (-80/54,5) 132 kg N40SE (57 N40SE+75 N40SE) 190,256 p., 2. Sonja Kendler-Lahtinen LoLif (-81/52,15) 74 kg (30+44) 110,1 p. **59 kg**: 1. Anu Rautio OAK (-81/57,75) 118 kg (51+67) 163,455 p., 2. Niina Mikkola PuKa (-81/58,05) 97 kg (41+56) 133,904 p. **64 kg**: 1. Niina Laine TP (-82/61,8) 145 kg (65+80) 192,291 p., 2. Jenni Immonen PiePK (-83/62,9) 132 kg (57+75) 173,166 p., 3. Mira Seitamaa OAK (-80/61,3) 100 kg (42+58) 133,287 p., Pauliina Rauhamäki VPNK (-80/62,7) – (+0), Marika Raudaskoski PorPa (-82/62,6) – (+0) **71 kg**: 1. Riina Saksa LoLif (-80/67,15) 178 kg N40SE (78+100) 224,74 p.,

2. Liisa Vuori LEL (-83/67,7) 145 kg (64+81) 182,239 p., 3. Anu Sauhke LoLif (-80/68,45) 115 kg (50+65) 143,655 p. **76 kg:** 1. Sanna Vilén TP (-82/73,65) 146 kg N40SE (62+84 N40SE) 175,497 p., Katariina Hankimo KelVi (-83/72,4) – (54+-) **87 kg:** 1. Satu Töykkälä TAK (-83/83,55) 162 kg N40SE (70 N40SE +92 N40SE) 183,81 p., 2. Titta Jokiranta LEL (-80/84,7) 133 kg (58+75) 150,063 p., 3. Tiina-Mari Orava KPK (-80/86,1) 124 kg (54+70) 138,994 p. **+87 kg:** 1. Auni Somero TAK (-81/90,1) 118 kg (46+72 N40SE) 130,013 p. **N35:** **49 kg:** 1. Elli Mustonen JoPuPo (-85/48,9) 122 kg (54+68) 190,579 p., Sadia Noor-E APW (-86/48,9) – (52+-) **59 kg:** 1. Laura Partanen Jäte (-84/58,25) 131 kg (60+71) 180,428 p., 2. Jenni Tyvitalo RoRe (-86/57,0) 122 kg (54+68) 170,483 p., 3. Miia Lantto RoRe (-84/58,9) 110 kg (50+60) 150,405 p. **64 kg:** 1. Elin Lindqvist SBC (-85/62,75) 148 kg (66+82) 194,438 p., 2. Miia-Maria Talvitie KPK (-86/60,05) 97 kg (41+56) 130,984 p. **71 kg:** 1. Sari Anttila PorPa (-84/67,75) 124 kg (59+65) 155,782 p., 2. Milla Malmsten LoVe (-85/69,15) 99 kg (42+57) 122,982 p. **76 kg:** 1. Piia Lakela LoLif (-87/74,65) 160 kg (70+90) 191,043 p., 2. Kaija Harju-Autti RoRe (-87/72,4) 110 kg (45+65) 133,375 p., Marika Simola Jäte (-85/71,6) – (65+-), Riikka Nissilä LoVe (-84/73,4) – (54+-) **81 kg:** 1. Hanna-Leena Tyynelä APW (-85/79,55) 139 kg (63+76) 161,087 p. **87 kg:** 1. Tytti Becker AU (-86/86,65) 115 kg (50+65) 128,585 p., 2. Lea Lunden TP (-84/84,85) 103 kg (41+62) 116,131 p., 3. Salla Ihalainen ViPa (-84/86,2) 102 kg (42+60) 114,282 p., 4. Minna Stenberg TAK (-84/84,9) 80 kg (36+44) 90,177 p. **+87 kg:** 1. Tea Lindroos LEL (-85/88,75) 150 kg N35SE (66 N35SE+84 N35SE) 166,193 p., 2. Tiina Hirvonen LV (-87/109,15) 113 kg (45+68) 117,588 p., 3. Marianne Honkanen TP (-86/88,95) 99 kg (42+57) 109,595 p., 4. Miia Tofferi RK (-84/109,5) 96 kg (41+55) 99,823 p., 5. Hanna Keihtä RoRe (-87/97,25) 75 kg (31+44) 80,534 p. **M85:** **73 kg:** 1. Juhani Oikarinen KelVi (-38/70,35) 88 kg (38+50) 115,615 p. **96 kg:** 1. Reino Laine

RoRe (-35/94,0) 62 kg (28+34) 70,418 p. **M80:** **73 kg:** Pertti Rossi KonnU (-42/68,05) – (26+-). **M75:** **81 kg:** 1. Toivo Ruotsalainen KuKi (-44/77,9) 110 kg (46+64) 136,447 p., 2. Juhani Törmälä OP (-45/80,5) 97 kg (42+55) 118,296 p. **89 kg:** 1. Heikki Niemelä KJ (-47/81,8) 102 kg (48+54) 123,383 p., 2. Reima Mäkinen TAK (-45/86,6) 94 kg (39+55) 110,636 p., 3. Tais-to Purola KPK (-44/82,0) 85 kg (35+50) 102,694 p. **+109 kg:** 1. Matti Krekola KaKa (-48/117,05) 132 kg (56 M75SE+76 M75SE) 139,266 p. **M70:** **61 kg:** 1. Uolevi Kahelin VaKi (-50/60,85) 140 kg (60+80) 201,96 p. **67 kg:** 1. Matti Törmä SumKu (-67/66,55) 113 kg (46+67) 153,62 p. **81 kg:** 1. Kari Tarkiainen PiVo (-51/78,9) 131 kg (58+73) 161,409 p., 2. Markku Walamies Atomi (-52/80,6) 100 kg (44+56) 121,867 p. **89 kg:** 1. Arto Rainio Bodonos (-52/87,0) 147 kg (67 M70SE+80) 172,649 p., 2. Kari Varis KonnU (-53/87,7) 117 kg (50+67) 136,914 p., 3. Jouko Sutinen HauSi (-49/85,35) 110 kg (50+60) 130,348 p. **96 kg:** 1. Ilpo Minkinen LPN (-53/92,85) 140 kg (62+78) 159,817 p. **102 kg:** 1. Erkki Laine HauSi (-53/96,8) 135 kg (60+75) 151,548 p. **+109 kg:** 1. Olavi Simi RK (-51/109,25) 118 kg (50+68) 126,985 p., 2. Ilpo Kylmäluoma OAK (-50/112,5) 80 kg (40+40) 85,338 p. **M65:** **67 kg:** 1. Kalervo Nuutinen KuKisa (-56/63,5) 107 kg (49+58) 149,958 p., 2. Jarmo Niskakan-gas RK (-58/64,4) 105 kg (47+58) 145,796 p. **73 kg:** 1. Jyri Ikonen LoLif (-57/72,15) 127 kg (53+74) 164,39 p. **81 kg:** 1. Kalevi Tikkanen KiurU (-58/79,25) 138 kg (63+75) 169,642 p., 2. Juha Niemmi KJ (-57/79,6) 116 kg (55+61) 142,273 p., Tuomo Rynänen KiurU (-54/77,25) – (40+-). **89 kg:** 1. Heikki Valli KPK (-57/86,2) 155 kg (65+90) 182,823 p., 2. Martti Pesu OP (-58/86,2) 129 kg (59+70) 152,156 p., 3. Pekka Torvi RK (-56/84,8) 117 kg (56+61) 139,067 p. **96 kg:** 1. Veijo Mäntymäki Atomi (-57/90,3) 167 kg (68+99) 192,908 p., 2. Endel Pöldsalu Herakles (-55/92,8) 166 kg (70+96) 189,539 p. **109 kg:** 1. Matti Laitinen OP (-56/104,75) 135 kg (55+80) 147,269 p. **M60:** **73 kg:** 1. Ismo Hieta-nen HeTa (-63/72,05) 142 kg

(55+87) 183,954 p., 2. Hannu Samppala KaKa (-60/71,7) 141 kg (64+77) 183,178 p., 3. Hannu Karhula AnSu (-59/71,55) 105 kg (45+60) 136,577 p. **81 kg:** 1. Pekka Seppälä KelVi (-59/77,65) 174 kg (78+96) 216,204 p., 2. Teuvo Tepsa RoRe (-60/79,75) 169 kg (70+99) 207,075 p., 3. Jari Yliveronnen Puka (-63/79,55) 161 kg (68+93) 197,529 p. **89 kg:** 1. Ari-Pekka Hyyppä KelVi (-60/83,65) 153 kg (70+83) 183,052 p., 2. Tapio Tihtonen LoLif (-63/87,45) 149 kg (66+83) 174,587 p., 3. Jorma Manninen PiVo (-59/86,8) 143 kg (63+80) 168,129 p., 4. Risto Hård LepU (-60/86,25) 140 kg (62+78) 165,086 p., 5. Kari Salmi PorPa (-61/86,55) 115 kg (45+70) 135,388 p., Tapio Vuolinko HauSi (-62/88,75) (71+0). **96 kg:** 1. Juha Lantto LoLif (-59/94,25) 182 kg (78+104) 206,488 p., 2. Timo Kohtamäki Bodonos (-62/95,7) 181 kg (85 M60SE+96) 204,1 p. **102 kg:** 1. Jari Hirvonen LoLif (-63/101,2) 203 kg M60SE (95 M60SE+108) 224,125 p., 2. Jukka Sankamo KuKisa (-59/99,65) 87 kg (35+52) 96,596 p. **109 kg:** 1. Arto Seppälä RK (-62/108,1) 179 kg (77+102) 193,269 p. **+109 kg:** 1. Arto Savonen LoLif (-60/130,1) 190 kg (84+106) 195,643 p., 2. Mika Hirvonen Herakles (-63/121,55) 166 kg (68+98) 173,479 p., 3. Timo Pietilä RaPa (-61/127,45) 154 kg (65+89) 159,236 p., 4. Pekka Malmberg NuVo (-61/121,45) 149 kg (63+86) 155,744 p. **M55:** **67 kg:** 1. Jari Huuskonen Herakles (-66/66,65) 137 kg (61+76) 186,071 p. **73 kg:** 1. Tom Jacobsson OAK (-67/72,4) 124 kg (59+65) 160,185 p., 2. Olavi Nihtinen JoKu (66/71,95) 116 kg (48+68) 150,394 p., 3. Tapio Sippoin Herakles (-68/71,3) 85 kg (40+45) 110,79 p. **89 kg:** 1. Jouni Lohi RoRe (-68/88,4) 184 kg (84+100) 214,548 p., 2. Jouni Bergdahl HWJ (-67/85,15) 150 kg (70+80) 177,944 p., 3. Jukka Antikainen PorPa (-66/84,8) 136 kg (61+75) 161,651 p., 4. Vesa Matikainen HWJ (-65/84,05) 130 kg (55+75) 155,177 p., 5. Jyrki Romu PorPa (-65/85,25) 116 kg (54+62) 137,534 p. **96 kg:** 1. Jorma Jokela LoVe (-64/91,25) 175 kg (75+100) 201,24 p., 2. Ahti Romakkaniemi RoRe (-66/92,1) 163 kg (68+95) 186,705 p., 3. Juha Mäntylä

RK (-66/92,85) 162 kg (74+88) 184,931 p. **102 kg:** 1. Jukka Ainalli RK (-64/97,25) 146 kg (58+88) 163,602 p. **109 kg:** 1. Keijo Rättyä RK (-68/102,8) 212 kg (96+116) 232,763 p. **+109 kg:** 1. Timo Leh-timäki LeKi (-66/109,25) 159 kg (71+88) 171,107 p. **M50:** **67 kg:** 1. Samuli Pirkkiö RoRe (-71/65,4) 176 kg (84 M50SE+92) 241,947 p. **73 kg:** 1. Harri Norberg OAK (-71/72,8) 183 kg (80+103 M50SE) 235,653 p., 2. Kimmo Herranen PorPa (-73/70,4) 146 kg (66+80) 191,735 p. **81 kg:** 1. Jarkko Takala KuKisa (-72/80,0) 223 kg M50SE (100 M50SE+123 M50SE) 272,802 p., 2. Mika Paananen RK (-71/78,7) 150 kg (65+85) 185,065 p., 3. Jari Depner OP (-70/75,75) 138 kg (56+82) 173,784 p., 4. Jyrki Kataja LeKi (-73/78,95) 124 kg (54+70) 152,733 p. **89 kg:** 1. Tero Tiensuu TaSi (-71/88,15) 188 kg (80+108) 219,491 p., 2. Petri-Olavi Sillanpää Nuvo (-70/87,75) 171 kg (76+95) 200,053 p., 3. Tom Westerén LoLif (-71/84,3) 159 kg (63+96) 189,523 p. **96 kg:** 1. Heikki Parviainen TAK (-73/94,15) 183 kg (78+105) 207,712 p., 2. Janne Kaisto RoRe (-69/92,25) 167 kg (79+88) 191,156 p., 3. Vesa Menlös YlöRy (-69/92,95) 165 kg (68+97) 188,271 p. **102 kg:** 1. Mikko Siljamäki VaKi (-73/101,6) 190 kg (85+105) 209,476 p., 2. Mika Pälvi PorPa (-70/96,55) 160 kg (65+95) 179,793 p. **109 kg:** 1. Harri Eerola KuKisa (-70/108,1) 200 kg (90+110) 215,943 p., 2. Markku Inkeroinen KuKisa (-72/106,4) 155 kg (65+90) 168,212 p., 3. Pasi Mallat TKMT-KJ (-70/107,2) 152 kg (65+87) 164,556 p. **+109 kg:** 1. Juha Vähäkoski YlöRy (-72/113,8) 192 kg (88+104) 204,137 p. **M45:** **67 kg:** 1. Simo Paavola LoVe (-76/65,85) 140 kg (59+81) 191,612 p., 2. Juhani Portti OAK (-78/66,6) 110 kg (50+60) 149,471 p. **73 kg:** 1. Jyrki Welling TP (-74/71,8) 193 kg (83+110) 250,529 p., 2. Petteri Perälä AU (-75/72,8) 186 kg (83+103) 239,516 p. **81 kg:** 1. Mikko-Pekka Forsell LoVe (-78/80,3) 203 kg (85+118) 247,86 p., 2. Jani Pihlajamäki KPK (-75/80,2) 202 kg (92+110) 246,796 p., 3. Kari Luojus HeTa (-78/78,9) 183 kg (80+103) 225,479 p., 4. Pasi Hälikkä 8000Urh (74/78,8)

176 kg (78+98) 216,998 p., 5. Juha-Petteri Juotasniemi OAK (-78/79,85) 172 kg (75+97) 210,615 p., 6. Sampsa Lahtinen LoLif (-77/79,75) 151 kg (67+84) 185,02 p., 7. Petri Pahtakari OAK (-74/77,95) 125 kg (55+70) 155,001 p., 8. Patrik Appelqvist 8000Urh (-74/80,2) 123 kg (53+70) 150,277 p., 9. Joonas Kursu RoRe (-78/80,05) 119 kg (54+65) 145,529 p. **89 kg:** 1. Marko Kupiainen LPN (-74/88,5) 236 kg (106+130) 275,042 p., 2. Kalle Kaihua RoRe (-77/87,2) 183 kg (83+100) 214,705 p., 3. Niklas Wasenius PorPa (-75/88,9) 175 kg (82+93) 203,541 p., 4. Ari Aspback KPK (-77/85,75) 159 kg (74+85) 187,999 p., 5. Samuli Kosminen PorPa (-74/83,7) 113 kg (50+63) 135,156 p. **96 kg:** 1. Jani Länkinen Ryhti (-74/91,5) 211 kg (95+116) 242,355 p., 2. Ilpo Viitala ViPa (-77/90,5) 205 kg (95+110) 236,576 p., 3. Kalle Luoma KelVi (-75/94,65) 175 kg (75+100) 198,206 p., 4. Ossi Pesonen OAK (-78/90,45) 165 kg (80+85) 190,461 p. **102 kg:** 1. Petri Hakkarainen AnSu (-76/98,3) 205 kg (90+115) 228,775 p., 2. Tuomo Loukomies PorPa (-76/100,15) 180 kg (80+100) 199,485 p., 3. Jussi Rasi KelVi (-78/101,8) 162 kg (68+94) 178,48 p. **109 kg:** 1. Pietari Huhtamäki YlöjRy (-74/107,8) 213 kg (96+117) 230,183 p., 2. Ville Oura TKMT-KJ (-76/106,45) 205 kg (94+111) 222,439 p., 3. Jyri Ruutu OAK (-75/107,25) 147 kg (82+65) 159,119 p. **+109 kg:** 1. Riku Ruoti LoLif (-76/119,05) 218 kg (97+121) 228,993 p., 2. Tomi Nissinen ViPa (-75/137,55) 203 kg (88+115) 206,975 p., 3. Kari Kortelainen KuKisa (-77/112,25) 198 kg (90+108) 211,348 p., 4. Sami Leppänen PaU (-78/150,3) 164 kg (70+94) 165,293 p. **M40:** **67 kg:** 1. Timo Hankola AU (-80/66,35) 153 kg (62+91) 208,396 p., 2. Mika Laitinen YlöjRy (-80/67,0) 150 kg (66 M40SE+84) 203,055 p., 3. Mauro Andersson LoVe (-82/65,9) 134 kg (60+74) 183,311 p. **73 kg:** 1. Lars Carlsson 8000Urh (-79/72,7) 170 kg (75+95) 219,086 p., 2. Juho Vaarala OAK (-81/72,35) 158 kg (76+82) 204,189 p. **81 kg:** 1. Juhana Lepiäho RoRe (-82/80,7) 240 kg (110+130) 292,296 p., 2. Sami Honkonen PorPa (-83/79,9)

204 kg (93+111) 249,719 p., 3. Jouni Määttä PorPa (-83/80,9) 201 kg (85+116) 244,492 p., 4. Anders Witting APW (-83/81,0) 200 kg (90+110) 243,123 p., 5. Pasi Vierelä RoRe (-79/80,3) 196 kg (86+110) 239,313 p., 6. Tapio Nykänen OAK (-79/80,3) 193 kg (83+110) 235,65 p., 7. Kimmo Nurmi Herakles (-81/77,85) 165 kg (70+95) 204,74 p. **89 kg:** 1. Tero Kotilainen TKMT-KJ (-82/88,3) 207 kg (92+115) 241,489 p., 2. Jari Rautiainen KuKisa (-79/84,6) 196 kg (90+106) 233,229 p., 3. Mika Kallioinen LeKi (-79/88,3) 188 kg (82+106) 219,323 p., 4. Jaakko-Antti Peltola HWJ (-79/85,6) 181 kg (81+100) 214,187 p. **96 kg:** 1. Mika Palomäki KPK (-82/95,55) 283 kg M40SE (122 M40SE +161 M40SE) 319,316 p., 2. Simo Mustonen TKMT-KJ (-83/91,55) 190 kg (85+105) 218,184 p. **102 kg:** 1. Mikko Lantto RoRe (-83/100,7) 195 kg (85+110) 215,678 p. **109 kg:** 1. Joonas Selenius JoKu (-82/105,25) 200 kg (80+120) 217,828 p., 2. Johannes Halmenvuo 8000Urh (-81/107,7) 185 kg (75+110) 199,983 p., 3. Kimmo Koskinen LoLif (-79/102,25) 178 kg (78+100) 195,802 p. **+109 kg:** 1. Luis Salgado Lopez OAK (-81/113,15) 215 kg (95+120) 228,762 p., 2. Timo Onnela KuKisa (-79/113,5) 200 kg (82+118) 212,802 p., 3. Tomi Palomäki KPK (-80/130,1) 100 kg (40+60) 102,97 p. **M35:** **67 kg:** 1. Jyri Lavikainen PorPa (-87/66,5) 130 kg (70+60) 176,815 p. **73 kg:** 1. Antti Ahola KuKisa (-85/72,6) 197 kg (87+110) 254,083 p., 2. Simo Lautamo RoRe (-85/71,85) 180 kg (80+100) 233,56 p. **81 kg:** 1. Pekka Heikkinen HeTa (-88/78,1) 210 kg (95+115) 260,136 p., 2. Janne Riekkinen KelVi (-87/80,45) 202 kg (91+111) 246,405 p., 3. Olli Keskipilä RK (-88/76,75) 196 kg (91+105) 245,067 p. **89 kg:** 1. John Tenhumäki LV (-84/85,25) 270 kg M35SE (122 M35SE+148) 320,122 p., 2. Jere Johansson TP (-87/88,5) 253 kg (113+140) 294,854 p., 3. Paavo Timonen HWJ (-84/86,45) 220 kg (105+115) 259,142 p. **96 kg:** 1. Juuso Lakela LoLif (-87/92,15) 220 kg (95+125) 251,937 p., 2. Ville-Valtteri Taimi PuKa (-88/93,85) 184 kg (83+101)

209,119 p., 3. Arto Korkalo RoRe (-84/92,15) 142 kg (57+85) 162,614 p. **102 kg:** 1. Jyri Lindén PorPa (-86/100,0) 232 kg (99+133) 257,256 p., 2. Aatu Mustonen JoPuPo (-87/98,5) 218 kg (96+122) 243,096 p., 3. Sami Kallunki KuKisa (-84/98,45) 205 kg (90+115) 228,643 p. **109 kg:** 1. Tuomas Kuronen Atomi (-85/105,85) 248 kg (116+132) 269,597 p., 2. Iiro Salomäki LEL (-85/108,15) 246 kg (106+140) 265,571 p. **+109 kg:** 1. Henri Rauniolahti YlöjRy (-84/117,1) 217 kg (92+125) 228,92 p., 2. Jaakko Kaihlanen TP (-87/131,0) 212 kg (92+120) 218,006 p. **SEUROJEN VÄLINEN PISTEKILPAILU:** 1. Porlamin Pamaus 121, 2. Rovaniemen Reipas 94, 3. Ounasvaaran Atleetti Klubi 90, 4. Lohja-Lifting 86, 5. Kuusankosken Kisa 73, 6. Raution Kisailijat 64.

YLEISEN SARJAN
EM-KILPAILUT JEREVAN,
ARMENIA 15.–23.4.2023

NAISET: **59 kg:** 5. Saara Retulainen TAK (-93/58,76) 200 kg (89+111) 273,89 p., Marianne Saarhelo Herakles (-94/58,18) ei nostonut **64 kg:** 9. Anni Vuohijoki RoRe (-88/63,62) 202 kg N35SE (89 N35SE+113 N35SE) 263,18 p., 10. Aino Luostarinen OAK (-03/63,62) 201 kg (86+115 N20/23 SE) 261,878 p. **71 kg:** 13. Janette Ylisoini Bodonos (-06/70,76) 198 kg (90+108) 242,951 p., 15. Jannike Bäckström RoRe (-03/68,02) 191 kg (84+107) 239,424 p. **76 kg:** 12. Jutta Selin TP (-99/74,28) 198 kg (89+109) 236,996 p. **MIEHET:** **89 kg:** Antti Peltokangas RoRe (-95/88,42) – (-+167). **96 kg:** 14. Roni Peltonen TP (-98/95,40) 300 kg (135+165) 338,709 p. **109 kg:** Hannes Keskitalo OAK (-96/102,12) ei nostonut.

TÄYDELLISET TULOKSET: https://ewf.sport/wp-content/uploads/2023/04/Results_Book-Armenia2023_rev2-1.pdf

MASTERS EM-KILPAILUT
2023 WATERFORD IRLANTI
12.–20.5.2023

N65: **55 kg:** 2. Sankamo Maija KuKisa (-56/54,20) 70 kg (30+40) 197,309 SHMF pistettä/ 101,288 Sinclair-pistettä.

N55: **55 kg:** 1. Niemelä Satu APW (-68/53,60) 110 kg (47+63) 241,775/160,435 p. **64 kg:** 2. Lybeck Barbara PorPa (-66/63,15) 94 kg (41+53) 194,984/123,019 p. **71 kg:** 3. Lohi Arja (-68/68,38) 84 kg (37+47) 158,220/104,99 p. **N50:** **55 kg:** 1. Husa-Russell Johanna OAK (-72/54,80) 132 kg (58+74) 259,456/189,523 p. **59 kg:** 7. Grönberg Minna JäTe (-73/58,40) 94 kg (42+52) 173,193/129,248 p. **71 kg:** 4. Majamaa Karoliina PorPa (-71/70,70) 110 kg (46+64) 189,182/135,033 p. **76 kg:** 4. Selkälä Eija OAK (-72/73,40) 114 kg (51+63) 187,917/137,266 p., 5. Niemi Susanna OP (-71/72,70) 110 kg (50+60) 186,464/133,093 p.

N40: **49 kg:** 1. Isokangas Anne APW (-82/47,80) 96 kg (44+52) 176,032/152,673 p., 2. Kähkönen Anna-Maria PorPa (-82/47,75) 86 kg (39+47) 157,827/136,884 p. **59 kg:** 9. Rautio Anu OAK (-81/57,29) 115 kg (48+67) 187,379/160,153 p. **64 kg:** 6. Immonen Jenni PiePK (-83/63,05) 131 kg (54+77) 195,287/171,605 p., 12. Raudas-koski Marika PorPa (-82/63,20) 118 kg (52+66) 177,970/154,354 p. **76 kg:** 3. Ochogo Nina LoLif (-79/74,80) 145 kg (62+83) 208,420/172,963 p. **87 kg:** 1. Jokiranta Titta LEL (-80/85,0) 133 kg (57+76) 195,659/149,848 p.

M70: **89 kg:** 1. Rainio Arto Bodonos (-52/88,36) 151 kg M70SE (68 M70SE+83) 336,360 p./176,105 p.

M65: **81 kg:** 3. Viitasalo Harri RiKi (-56/80,55) 130 kg (60+70) 275,433/158,477 p. **89 kg:** 4. Pesu Martti OP (-58/86,10) 118 kg (58+60) 231,583/139,256 p. **M60:** **73 kg:** 2. Hietanen Ismo HeTa (-63/72,22) 143 kg (58+85) 280,085/184,997 p. **89 kg:** 4. Vuolinko Tapio HauSi (-62/88,50) 158 kg (68+90) 314,673/184,138 p., 6. Tihtonen Tapio LoLif (-63/86,49) 147 kg (64+83) 262,100/173,117 p. **96 kg:** 2. Kohtamäki Timo Bodonos (-62/94,80) 182 kg (88 M60SE+94) 317,450/206,003 p. **M55:** **67 kg:** 1. Huuskonen Jari Herakles (-66/66,75) 147 kg (64+83) 286,629/199,463 p. **96 kg:** 1. Lohi Jouni RoRe (-68/91,15) 189 kg (84+105) 301,156/217,441 p.

M50: 81 kg: 1. Takala Jarkko KuKisa (-72/80,33) 219 kg (94+125 M50SE) 346,747/267,345 p. **96 kg:** 3. Parviainen Heikki (-73/92,27) 184 kg (79+105) 267,000/210,596 p., 7. Kaisto Janne RoRe (-69/92,53) 170 kg (76+94) 264,500/194,343 p. **M40: 81 kg:** 6. Honkonen Sami PorPa (-83/80,24) 206 kg (96+110) 285,588/251,619 p., 8. Vierelä Pasi RoRe (-79/80,47) 205 kg (90+115) 297,289/250,032 p.

15- JA 17-VUOTIAIDEN
EM-KILPAILUT CHISINAU,
MOLDOVA 1.-10.7.2023

TYTÖT 15-v.: 71 kg: 1. Minni Hormavirta LoLif (-08/70,70) 193 kg T15SE (85 T15SE + 108 T15SE) 236,922 p.

TYTÖT 17-v.: 55 kg: 6. Iiris Savolainen LeKi (-06/53,80) 145 kg (67 T17SE+78) 210,92 p., 8. Matilda Jauhojärvi OAK (-06/54,65) 143 kg (64+79) 205,712 p. **64 kg:** 3. Iita Kononen ÄH (-06/63,8) 174 kg (77+97) 226,317 p., 5. Kaisa Rautio OAK (-07/63,75) 158 kg (69+89) 205,602 p. **71 kg:** 1. Janette Ylisoini Bodonos (-06/70,85) 218 kg yl/23/20/17SE (100 yl/23/20/17SE +118) 267,312 p., Gerta Jürgenson OAK (-06/67,70) – (80+).

POJAT 15-v.: 55 kg: 7. Kai Ollonen OAK (-08/54,05) 174 kg (77+97) 273,705 p.

POJAT 17-v.: 73 kg: 6. Veikko Ojala PuKa (-06/71,5) 228 kg (103+125) 296,688 p. **81 kg:** 14. Hannes Pränni OAK (-06/80,65) 238 kg (108+130) 289,952 p., 16. Julius Viio KJ (-07/80,85) 227 kg (100+127) 276,204 p.

TÄYDELLISET TULOKSET: <https://ewf.sport/wp-content/uploads/2023/07/results-book.pdf>

20- JA 23-VUOTIAIDEN
EM-KILPAILUT BUKAREST,
ROMANIA 26.7.-3.8.2023

N20: 64 kg: 6. Jannike Bäckström RoRe (-03/64,00) 182 kg (81+101) 236,28 p., Olivia Kononen PuKa (-04/63,70) – (+80) **71 kg:** 2. Janette Ylisoini Bodonos (-06/70,75) 215 kg (96+119 Nyl/17/20/23SE) 263,83 p., 4. Aino Luostarinen (-03/67,20) 205 kg (89+116) 258,721 p. **76 kg:** 8. Minni Hormavirta LoLif (-08/73,35) 191 kg

T15SE/EE (84 T15SE+107 T15SE) 230,059 p.

N23: 55 kg: 6. Anette Kirkanen RoRe (-00/55,00) 164 kg (76+88) 234,867 p., Siri Sytelä AU (-00/55,00) – (+90) **59 kg:** 5. Vilma Väisänen EWA (-02/58,60) 171 kg (76+95) 234,594 p.

M20: 67 kg: 7. Joona Viitasaari PuKa (-04/65,45) 235 kg M20/23SE (103 M20SE+132 M20/23SE) 322,895 p. **73 kg:** 17. Juuso Kokko EWA (-04/72,25) 245 kg M20SE (107+138 M20SE) 316,876 p. **81 kg:** 11. Eetu Hautaniemi PuKa (-05/80,90) 277 kg M20/23SE (127 M20/23SE+150 M20/23SE) 336,936 p. **96 kg:** 9. Konsta Suoniemi OAK (-04/95,40) 306 kg (140+166) 345,483 p. **102 kg:** 8. Jonne Akujärvi OAK (-05/100,35) 272 kg (125+147) 301,224 p. **+109 kg:** 5. Hanno Keskitalo OAK (-03/135,40) 332 kg M20SE (155 M20/23SE+177) 339,379 p.

M23: 96 kg: 12. Väinö Suoniemi OAK (-01/95,95) 285 kg (125+160) 321,041 p.

M23: +109 kg: 7. Matias Tuovinen TP (-01/144,60) 329 kg (152+177) 333,056 p.

TÄYDELLISET TULOKSET: https://ewf.sport/wp-content/uploads/2023/08/final_book_definitivo.pdf

PUNTTIKARNEVAALIT
ROVANIEMI 26.7.2023

ALLE 12-VUOTIAAT TYTÖT: 40 kg: 1. Juntto Wilhelmina OAK 75 kg (30+45) 165,674 p., 2. Koikkalainen Roosa LeKi 28 kg (12+16) 62,833 p., 3. Korkalo Isla RoRe 27 kg (12+15) 81,309 p. **55 kg:** 1. Eerikäinen Aino Herakles 61 kg (28+33) 91,080 p., 2. Marjeta Moona RoRe 53 kg (24+29) 97,714 p.

ALLE 12-VUOTIAAT POJAT: 45 kg: 1. Russell Ukko OAK 89 kg (39+50) 171,274 p., 2. Koikkalainen Lauri LeKi 73 kg (32+41) 143,955 p., 3. Sulasalmi Veeti OAK 70 kg (33+37) 136,497 p., 4. Salmi Lauri OAK 65 kg (30+35) 144,622 p., 5. Hagman Konsta TaSi 53 kg (23+30) 106,713 p., 6. Marjeta Peetu RoRe 40 kg (19+21) 73,390 p., 7. Kulppi Jusu-Matteus OAK 26 kg (11+15) 72,876 p. **61 kg:** 1. Kannus Santeri KJ 71 kg (29+42) 124,027 p., 2. Korkalo Ilja RoRe 63 kg (30+33) 104,239 p. **+61 kg:** 1. Oja Veikka KJ 69 kg (29+40) 86,861 p.

13-16-VUOTIAAT TYTÖT:

45 kg: 1. Mäntykenttä Sara OAK 64 kg (27+37) 107,720 p., 2. Junnikkala Milja KJ 32 kg (12+20) 67,973 p. **59 kg:** 1. Eskelinen Pinja OAK 112 kg (49+63) 179,316 p., 2. Lönnqvist Saimi Herakles 105 kg (43+62) 144,536 p., 3. Salmi Inari OAK 73 kg (33+40) 119,326 p., 4. Isopahkala Veera Sofia KJ 51 kg (20+31) 77,722 p. **+59 kg:** 1. Valtonen Miina TAK 133 kg (60+73) 170,029 p., 2. Niva Liisa OAK 124 kg (56+68) 162,514 p., 3. Koikkalainen Helmi LeKi 123 kg (51+72) 147,501 p.

13-16-VUOTIAAT POJAT: 49 kg: 1. Russell Torbjörn OAK 116 kg (53+63) 225,694 p. **67 kg:** 1. Ollonen Kai OAK 158 kg (69+90) 248,714 p., 2. Marjeta Jasper RoRe 113 kg (51+62) 157,873 p., 3. Pimiä Aapo ÄH 105 kg (49+56) 149,538 p., 4. Mitrinen Teemu Herakles 100 kg (47+53) 138,572 p., 5. Pimiä Åke ÄH 75 kg (33+42) 117,394 p. **+67 kg:** 1. Huhtimäki Touko TP 175 kg (75+100) 211,429 p., 2. Akujärvi Peetu OAK 139 kg (63+76) 171,379 p., 3. Nikander Nuutti OAK 81 kg (36+45) 106,921 p. **PUNTTIKARNEVAALIEN KOKONAISPISTEET 2023:**

ALLE 12-VUOTIAAT TYTÖT: 40 kg: 1. Wilhelmiina Juntto OAK 277, 2. Roosa Koikkalainen LeKi 203, 3. Isla Korkalo RoRe 190. **55 kg:** 1. Aino Eerikäinen Herakles 264, 2. Moona Marjeta RoRe 242.

13-16-VUOTIAAT TYTÖT: 45 kg: 1. Sara Mäntykenttä OAK 282, 2. Milja Junnikkala KJ 232. **59 kg:** 1. Pinja Eskelinen OAK 323, 2. Saimi Lönnqvist Herakles 319, 3. Inari Salmi OAK 267, 4. Veera Isopahkala KJ 243. **Yli 59 kg:** 1. Miina Valtonen TAK 346, 2. Helmi Koikkalainen LeKi 342, 3. Liisa Niva OAK 314.

ALLE 12-VUOTIAAT POJAT: 45 kg: 1. Ukko Russell OAK 280, 2. Lauri Koikkalainen LeKi 280, 3. Lauri Salmi OAK 267, 4. Konsta Hagman TaSi 264, 5. Veeti Sulasalmi OAK 258, 6. Jusu-Matteus Kulppi OAK 198, 7. Peetu Marjeta RoRe 167. **61 kg:** 1. Santeri Kannus KJ 277, 2. Ilja Korkalo RoRe 243. **Yli 61 kg:** 1. Veikka Oja KJ 239.

13-16-VUOTIAAT POJAT: 49 kg: 1. Torbjörn Russell OAK 332, 2. Oskari Koikkalainen LeKi 195, 3. Elias Palmu OAK 181. **67 kg:** 1. Kai Ollonen OAK 379, 2. Jasper Marjeta RoRe 323, 3. Aapo Pimiä ÄH 311, 4. Åke Pimiä ÄH 279, 5.

Teemu Mitrinen Herakles 263.

Yli 67 kg: 1. Touko Huhtimäki TP 388, 2. Peetu Akujärvi OAK 338, 3. Nuutti Nikander OAK 261

JOUKKUEPISTEET: 1. OAK 70, 2. KJ 22, 3. LeKi 20, 4. RoRe 19, 5. Herakles 14, 6. TAK ja TP 7, 8. ÄH 7, 9. TaSi 3.

MERIPÄIVÄ-NOSTOT,
KOTKA 29.7.2023

NAISET: 64 kg: 1. Henna Pöyhönen LPN (-96/63,50) 167 kg (74+93) 217,827 p., 2. Aada Jäppinen LPN (-06/63,10) 135 kg (61+74) 176,760 p. **71 kg:** 1. Tessa Borodulin PY (-04/64,85) 147 kg (64+83) 189,358 p., 2. Saara Streng KuKisa (-91/70,65) 105 kg (50+55) 128,944 p. **+87 kg:** 1. Kerli Puusep KuKisa (-92/90,55) 157 kg (77+80) 172,673 p.

MIEHET: 73 kg: 1. Antti Ahola KuKisa (-85/72,55) 200 kg (90+110) 258,055 p. **89 kg:** 1. Jonathan Räsänen LPN (-94/86,90) 282 kg (127+155) 331,380 p., 2. Jarkko Takala KuKisa (-72/86,10) 226 kg M50SE (96 M50SE+130 M50SE) 266,711 p. **96 kg:** 1. Teemu Ylärankola KuKisa (-83/94,55) 235 kg (110+125) 266,276 p. **102 kg:** 1. Jesse Nykänen Atomí (-96/97,15) 317 kg (142+175) 355,360 p., 2. Joonas Hasu KuKisa (-99/102,0) 285 kg (115+170) 313,774 p. **109 kg:** 1. Roni Peltonen TP (-98/102,20) 324 kg (138+186) 356,465 p.

20- JA 23-VUOTIAIDEN
SM-KILPAILUT LOHTAJA,
KOKKOLA 12.-13.8.2023

NAISET 20-v.: 49 kg: 1. Eskelinen Pinja OAK (-09/47,15) 117 kg (51+66 T15SE) 188,118 p. **55 kg:** 1. Savolainen Iiris LeKi (-06/53,75) 146 kg (65+81) 212,515 p., 2. Jauhojärvi Matilda OAK (-06/54,8) 143 kg (64+79) 205,316 p., 3. Postila Saara OAK (-06/54,6) 135 kg (60+75) 194,329 p., 4. Cederlöf Veera-Matilda NuVo (-07/53,9) 91 kg (41+50) 132,195 p., Niemelä Fiia APW (-07/54,85) – (+0). **59 kg:** 1. Korkiatupa Vilma AK (-03/57,7) 135 kg (62+73) 187,546 p., 2. Selin Jessica TP (-05/58,5) 125 kg (56+69) 171,679 p., 3. Vainio Alexa PuKa (-08/56,35) 114 kg (49+65) 160,549 p., 4. Lönnqvist Saimi Herakles (-07/58,05) 112 kg (50+62) 154,611 p., Par-

hiala Jessica RoRe (-03/59,0) – (-+0). **64 kg:** 1. Rautio Kaisa OAK (-07/63,95) 161 kg (70+91) 209,114 p., 2. Kono-
nen Olivia PuKa (-04/63,8) 153
kg (68+85) 199,003 p., 3. Nas-
kali Ilona TP (-07/63,05) 139
kg (62+77) 182,085 p., 4. Val-
tonen Miina TAK (-07/63,6) 131
kg (57+74) 170,709 p., 5. Lindén
Sara PuKa (-08/63,55) 130 kg
(60+70) 169,486 p., 6. Nurminen
Nora Herakles (-04/60,6) 130 kg
(57+73) 174,53 p., 7. Niva Liisa
OAK (-08/63,05) 128 kg (58+70)
167,676 p., 8. Keränen Laura
RoRe (-03/63,5) 123 kg (58+65)
160,435 p. **71 kg:** 1. Bäckström
Jannike RoRe (-03/66,6) 180
kg (80+100) 228,325 p., 2. Jan-
hunen Anna LPN (-03/69,7)
133 kg (58+75) 164,512 p. **76
kg:** 1. Ylisoini Janette Bodonos
(-06/71,65) 216 kg Nyl/17/20/
23SE (101 Nyl/17/20/23SE +115
N17/20SE) 263,309 p., 2. Hor-
mavirta Minni LoLif (-08/73,05)
195 kg T15SE (80+115 T15SE)
235,363 p., 3. Laukkarinen
Emma TP (-04/74,65) 167 kg
(72+95) 199,402 p., 4. Blomberg
Ilona LoLif (-06/75,95) 135 kg
(61+74) 159,848 p. **81 kg:** 1. Sini-
saari Marla RoRe (-05/78,4) 168
kg (78+90) 195,983 p., 2. Num-
mela Juuli RauLi (-05/80,3) 144
kg (64+80) 166,186 p.
NAISET 23-v.: 49 kg: 1. Eskelinen
Pinja OAK (-09/47,15) 117 kg
(51+66 T15SE) 188,118 p. **55 kg:**
1. Sytelä Siri AU (-00/54,95) 161
kg (71+90) 230,718 p., 2. Savo-
lainen Iiris LeKi (-06/53,75) 146
kg (65+81) 212,515 p., 3. Körk-
kö Viivi OAK (-02/54,85) 144 kg
(64+80) 206,62 p., 4. Jauhojär-
vi Matilda OAK (-06/54,8) 143
kg (64+79) 205,316 p., 5. Posti-
la Saara OAK (-06/54,6) 135 kg
(60+75) 194,329 p., 6. Hanhine-
va Viivi APW (-00/54,45) 96 kg
(43+63) 138,458 p. **59 kg:** 1. Väi-
sänen Vilma EWA (-02/58,85)
167 kg (77+90) 228,469 p., 2.
Mänty Meri RoRe (-02/58,3)
147 kg (64+83) 202,351 p., 3.
Korkiatupa Vilma AK (-03/57,7)
135 kg (62+73) 187,111 p., 4.
Selin Jessica TP (-05/58,5) 125
kg (56+69) 171,679 p., 5. Vainio
Alexa PuKa (-08/56,35) 114
kg (49+65) 160,549 p., Parhia-
la Jessica RoRe (-03/59,0) –
(-+0). **64 kg:** 1. Leppiaho Ron-
ja RoRe (-00/63,75) 167 kg
(75+92) 217,314 p., 2. Rautio
Kaisa OAK (-07/63,95) 161 kg

(70+91) 209,114 p., 3. Takku-
nen Sanni RoRe (-02/63,45) 154
kg (69+85) 200,965 p., 4. Kono-
nen Olivia PuKa (-04/63,8) 153
kg (68+85) 199,003 p., 5. Laiti-
nen Eveliina JoPuPo (-02/63,3)
145 kg (67+78) 189,491 p., 6.
Naskali Ilona TP (-07/63,05) 139
kg (62+77) 182,085 p., 7. Valto-
nen Miina TAK (-07/63,6) 131 kg
(57+74) 170,709 p., 8. Lindén
Sara PuKa (-08/63,55) 130 kg
(60+70) 169,486 p., 9. Niva Liisa
OAK (-08/63,05) 128 kg (58+70)
167,676 p., 10. Keinänen Hanna
LEL (-00/63,7) 128 kg (54+74)
166,642 p. **71 kg:** 1. Bäckström
Jannike RoRe (-03/66,6) 180 kg
(80+100) 228,325 p., 2. Seppä-
nen Anni Herakles (-00/69,85)
163 kg (71+92) 201,388 p., 3.
Kunnari Nea AK (-00/67,9) 150
kg (65+85) 188,214 p., 4. Läm-
sä Emmi RoRe (-01/69,9) 140
kg (65+75) 172,904 p. **76 kg:**
1. Ylisoini Janette Bodonos
(-06/71,65) 216 kg Nyl/17/20/
23SE (101 Nyl/17/20/23SE +115
N17/20SE) 263,309 p., 2. Hor-
mavirta Minni LoLif (-08/73,05)
195 kg T15SE (80+115 T15SE)
235,363 p., 3. Laukkarinen
Emma TP (-04/74,65) 167 kg
(72+95) 199,402 p., 4. Nieminen
Sofia Herakles (-02/75,15) 166
kg (73+93) 197,562 p. **81 kg:** 1.
Sinisaari Marla RoRe (-05/78,4)
168 kg (78+90) 195,983 p. **87
kg:** 1. Pietarinen Sanni JoPuPo
(-00/86,8) 176 kg (80+96)
196,658 p.
MIEHET 20-v.: 55 kg: 1. Ollon-
nen Kai OAK (-08/54,65) 180 kg
P15SE (78 P15SE+102 P15SE)
280,76 p. **61 kg:** 1. Ahtiainen
Patrik TP (-04/60,35) 171 kg
(76+95) 248,097 p. **67 kg:** 1. Vi-
tasaari Joonas PuKa (-04/65,15)
225 kg (100+125) 310,073
p., 2. Isosaari Arttu Herakles
(-04/63,45) 174 kg (80+94)
243,985 p., 3. Manninen Topias
OP (-03/62,4) 173 kg (83+90)
245,31 p., 4. Jokela Joonas OAK
(-06/65,95) 162 kg (75+87)
221,507 p. **73 kg:** 1. Ojala Veik-
ko PuKa (-06/71,95) 230 kg
(100+130) 298,195 p., 2. Parta-
nen Olli PuKa (-06/71,3) 174 kg
(78+96) 226,793 p., Kokko Juu-
so EWA (-04/72,45) – (108+0).
81 kg: 1. Hautaniemi Eetu PuKa
(-05/80,85) 275 kg (124+151
M20/23SE) 334,608 p., 2. Ruoh-
o Onni TAK (-04/80,4) 233 kg
(110+123) 284,309 p., 3. Kal-
lioniemi Lauri AU (-05/79,45)

227 kg (106+121) 278,685 p. **89
kg:** 1. Jännes Eliel TP (-07/82,5)
236 kg (105+131) 284,271 p., 2.
Viio Julius KJ (-07/86,2) 229 kg
(95+134) 270,106 p., 3. Mander-
backa Miro KJ (-05/86,35) 218
kg (96+122) 256,924 p., Kuori-
koski Henrik LoVe (-04/86,55) –
(-+0). **96 kg:** 1. Haapakoski Jaro
RoRe (-03/95,4) 217 kg (95+122)
244,999 p., 2. Jokinen Jerry Atomi
(-06/94,5) 217 kg (92+125)
245,933 p. **+109 kg:** 1. Keskitalo
Hanno OAK (-03/137,0) 322 kg
(148+174) 328,517 p., 2. Yliso-
ni Jukka RoRe (-03/121,7) 250 kg
(115+135) 261,187 p.
MIEHET 23-v.: 55 kg: 1. Ollon-
nen Kai OAK (-08/54,65) 180 kg
P15SE (78 P15SE+102 P15SE)
280,76 p. **61 kg:** 1. Ahtiainen
Patrik TP (-04/60,35) 171 kg
(76+95) 248,097 p., 2. Helin
Mikael NuVo (-00/60,9) 162 kg
(73+89) 233,564 p. **67 kg:** 1. Vi-
tasaari Joonas PuKa (-04/65,15)
225 kg (100+125) 310,073 p., 2.
Manninen Topias OP (-03/62,4)
173 kg (83+90) 245,31 p. **73
kg:** 1. Ojala Veikko PuKa
(-06/71,95) 230 kg (100+130)
298,195 p., 2. Hodju Anton RoRe
(-00/72,35) 220 kg (102+118)
284,314 p., Rauhala Mikko
OAK (-01/72,9) – (-+0), Kondra
David LoLif (-00/72,2) – (-+0).
81 kg: 1. Hautaniemi Eetu PuKa
(-05/80,85) 275 kg (124+151
M20/23SE) 334,608 p., 2. Kont-
ro Onni HWJ (-02/79,75) 239 kg
(110+129) 292,846 p., 3. Ruoh-
o Onni TAK (-04/80,4) 233 kg
(110+123) 284,309 p., 4. Mänt-
täri Eino LoLif (-01/79,85) 230 kg
(110+120) 281,637 p., 5. Meri-
läinen Eetu LPN (-00/80,55) 225
kg (105+120) 274,287 p. **89 kg:**
1. Helin Markus TP (-02/83,45)
237 kg (102+135) 283,88 p., 2.
Jännes Eliel TP (-07/82,5) 236
kg (105+131) 284,271 p., Kuori-
koski Henrik LoVe (-04/86,55) –
(-+0) **96 kg:** 1. Hartikainen Juu-
so JoPuPo (-02/96,0) 293 kg
(127+166) 329,985 p., 2. Cav-
rag Manuel TAK (-00/89,35)
265 kg (120+145) 307,531 p.
102 kg: 1. Suoniemi Väinö OAK
(-01/98,55) 288 kg (130+158)
321,092 p. **+109 kg:** 1. Keskitalo
Hanno OAK (-03/137,0) 322 kg
(148+174) 328,517 p., 2. Yliso-
ni Jukka RoRe (-03/121,7) 250 kg
(115+135) 261,187 p.
SEUROJEN VÄLINEN PISTEKILPAILU, 20-v.: 1. Ounasvaaran Atleetti
Klubi 40, 2. Puntti-Karhut 37, 3.

Tampereen Pyrintö 27, 4. Rova-
niemen Reipas 26, 5. Kalajoen
Junkkarit 9, 6. Herakles 9.
23-v.: 1. Rovaniemen Reipas
43, 2. Ounasvaaran Atleetti Klu-
bi 42, 3. Tampereen Pyrintö 27,
4. Puntti-Karhut 26, 5. Joensuu
Puntti-Pojat 16, 6. Turun Atleet-
tiklubi 9.

MASTERS MM-KILPAILUT
WIELICZKA, PUOLA
18.–26.8.2023

N65: 55 kg: 2. Maija-Riitta San-
kamo KuKisa (-56/54,62) 76 kg
N65SE (32+44 N65SE) 213,056
SMF/109,372 sinclairpistet-
tä, 3. Assi Koivisto-Allonen Por-
Pa (-57/54,08) 75 kg (33+42)
207,496/108,694 p. **64 kg:** 3. Kir-
si Pitkänen TP (-58/60,68) 70 kg
(30+40) 175,873/93,899 p.
N55: 55 kg: 1. Satu Niemelä
APW (-68/54,04) 113 kg (47+66
N55SE) 246,923/163,851 p.
64 kg: Barbara Lybeck PorPa
(-66/63,84) – (-+0). **71 kg:** 2.
Pia Heinonen TAK (-68/70,14)
100 kg N55SE (42 N55SE+58
N55SE) 185,778/123,277 p.
81 kg: 2. Hannele Korhonen
PuKa (-67/79,50) 111 kg (45
N55SE+66) 198,801/128,674 p.
N50: 55 kg: 1. Johanna
Husa-Russell OAK (-72/54,66)
136 kg (62 N50SE +74)
267,800/195,617 p., 3. Virve
Leikola PorPa (-72/54,16) 101
kg (45+56) 200,176/146,221 p.
59 kg: Nina Uurtamo 8000Urh
(-70/57,98) – (47+-), Minna
Grönberg JäTe (-73/58,80) –
(-+0). **71 kg:** 3. Karoliina Maja-
maa PorPa (-71/69,62) 117
kg (50+67) 202,880/144,811
p. **76 kg:** 3. Eija Selkälä OAK
(-72/72,74) 110 kg (50+60)
182,154/133,056 p.
N45: 64 kg: 1. Titta Sillman
Herakles (-77/63,72) 143 kg
(68+75) 231,553/186,136 p. **76
kg:** 4. Ulla Merjamo Herakles
(-78/75,92) 129 kg (58+71)
186,841/152,772 p.
N40: 55 kg: 2. Anna-Lee-
na Weckman LEL (-80/54,64)
134 kg N40SE (59 N40SE+75)
228,841/192,79 p. **64 kg:** 8. Jenni
Immonen PiePK (-83/63,46) 132
kg (56+76) 106,009/172,24 p. **76
kg:** 6. Liisa Vuori LEL (-83/72,18)
156 kg N40SE (71 N40SE +85
N40SE) 215,588/189,445 p., 9.
Sanna Vilén TP (-82/74,88) 143
kg (58+85) 196,572/170,488
p. **81 kg:** 2. Satu Töykkälä TAK

(-83/79,92) 149 kg (64+85) 196,098/172,318 p. **87 kg:** 3. Tit-ta Jokiranta LEL (-80/85,72) 140 kg (62+78) 186,601/157,204 p.

N35: 55 kg: 3. Heidi Kunelius LoLif (-88/54,74) 138 kg N35SE (62 N35SE+76) 212,566/198,29 p. **59 kg:** 6. Laura Partanen JäTe (-84/58,44) 138 kg (61+77) 213,180/189,662 p. **64 kg:** 2. Elin Lindqvist SBC (-87/63,92) 151 kg (67+84) 217,761/196,181 p., Jonna Surakka JäTe (-85/63,90) – (62+-) **71 kg:** 2. Terhi Lumme Herakles (-85/71,00) 165 kg (77+88) 224,329/202,099 p. **76 kg:** 5. Marika Simola JäTe (-85/74,00) 144 kg (66+78) 191,679/172,684 p.

M85: 73 kg: 1. Juhani Oikarinen KelVi (-38/69,30) 93 kg (40+53) 388,751 SMF/123,296 Sinclair p.

M75: 73 kg: Timo Koivuinen PiVo (-47/72,52) – (+0) **89 kg:** 4. Heikki Niemelä KJ (-47/82,60) 100 kg (45+55) 262,553/120,382 p.

M70: 81 kg: 3. Kari Tarkkainen PiVo (-51/78,0) 130 kg (56+74) 314,718/161,146 p. **89 kg:** 4. Arto Rainio Bodonos (-52/88,40) 128 kg (62+66) 285,069/149,251 p., Jouko Sutinen HauSi (-49/85,16) – (49+-) **109 kg:** 1. Erkki Laine HauSi (-53/102,42) 140 kg M70SE (60 M70SE+80 M70SE) 287,352/153,911 p.

M65: 73 kg: 3. Jyri Ikonen LoLif (-57/72,26) 130 kg (54+76) 285,644/168,125 p.

M60: 73 kg: 3. Ismo Hietanen HeTa (-63/72,62) 147 kg (58+89) 287,001/189,565 p. **96 kg:** 2. Timo Kohtamäki Bodonos (-62/94,96) 181 kg (85+96) 315,492/204,732 p. **102 kg:** Jari Hirvonen LoLif (-63/100,44) – (93+0).

M55: 67 kg: 3. Jari Huuskonen Herakles (-66/66,70) 144 kg (64+80) 280,912/195,485 p. **89 kg:** 4. Jouni Lohi RoRe (-68/87,18) 192 kg (86+106) 312,024/225,288 p.

M50: 73 kg: 4. Harri Norberg OAK (-71/72,14) 186 kg (84+102) 316,866/240,78 p.

M45: 96 kg: 10. Tommi Honkala Herakles (-76/92,62) 197 kg (79+118) 277,570/225,117 p.

M40: 81 kg: 8. Pasi Vierelä RoRe (-79/80,48) 206 kg (88+118) 298,720/251,236 p.

M35: 109 kg: 5. Tuomas Kuronen Atomi (-85/107,50) 257 kg (122 M35SE+135) 308,279/277,979 p.

TÄYDELLISET TULOKSET: <https://www.imwla.com/results>

YLEISEN SARJAN
MM-KILPAILUT RIAD,
SAUDI-ARABIA 4.–17.9.2023

NAISET: 64 kg: 28. Saara Retulainen TAK (-93/62,95) 172 kg (80+92) 225,531 p. **71 kg:** 24. Janette Ylisoini FIN Bodonos (-06/70,58) (+) 218 kg (98+120 yl/17/20/23SE) 267,852 p., 32. Aino Luostarinen FIN OAK (-03/69,04) 205 kg (90+115) 254,881 p. **76 kg:** 13. Jutta Selin FIN TP (-99/71,58) 196 kg (88+108) 239,05 p.

MIEHET: 102 kg: 28. Hannes Keskitalo FIN OAK (-96/101,90) 336 kg SE (143+193 SE) 370,052 p.

TÄYDELLISET TULOKSET: https://iwwf.sport/results/results-by-events/?event_id=577

YLEISEN SARJAN
PM-KILPAILUT
LANDSKRONA, RUOTSI
27.–28.10.2023

NAISET: 45 kg: 1. Nasrin Mosawi Ruotsi (-89/45,00) 117 kg (50+67) 196,014 Q-pistettä. **49 kg:** 1. Surya Sundqvist Ruotsi (-94/48,27) 146 kg (69+77) 230,992. **55 kg:** 1. Sol Anette Waaler Norja (-92/54,73) 194 kg (87+107) 279,374. 2. Rebekka Tao Jacobsen Norja (-96/55,00) 180 kg (78+102) 258,316. 3. Diana Brogaard Tanska (-95/53,90) 153 kg (64+89) 222,740. 4. Iiris Savolainen Suomi (-06/53,44) 148 kg (64+84) 216,793. **59 kg:** 1. Amalie Løvind Årsten Tanska (-94/59,00) 192 kg (84+108) 262,716. 2. Moa Henriksson Ruotsi (-98/58,47) 182 kg (80+102) 250,515. 3. Line Burmøller Knudsen Tanska (-96/57,92) 156 kg (67+89) 216,079. 4. Snædís Líf P. Dison Islanti (-00/59,00) 153 kg (71+82) 209,351. **64 kg:** 1. Josephine Rehl Tanska (-01/63,70) 184 kg (82+102) 239,927. 2. Helena Rønnebæk Tanska (-96/62,93) 180 kg (80+100) 236,448. 3. Amalía Ósk Sigurðardóttir Islanti (-97/63,95) 178 kg (80+98) 231,558. 4. Jennifer Andersson Ruotsi (-01/63,10) 176 kg (79+97) 230,815. 5. Katla Björk Ketilsdóttir Islanti (-00/63,21) 172 kg (80+92) 225,339. **71 kg:** 1. Marit Årdalsbakke Norja (-92/68,97) 195 kg (90+105) 242,907. 2. Julia Jordaner Loen Norja (-02/67,22) 193 kg (85+108) 243,881. 3. Wilma

Antfolk Ruotsi (-00/70,45) 187 kg (81+106) 230,282. 4. Maibrit Reyneheim Petersen Färsaa-ret (-96/70,84) 186 kg (84+102) 228,379. 5. Jannike Bäckström Suomi (-03/67,28) 183 kg (82+101) 231,128. 6. Arey Rakel Guðnadóttir Islanti (-02/68,29) 172 kg (78+94) 215,430. 7. Emilia Wodzka Tanska (-94/64,79) 170 kg (80+90) 219,439. 8. Hrund Scheving Islanti (-78/70,92) 163 kg (73+90) 200,019. **76 kg:** 1. Janette Ylisoini Suomi (-06/73,47) 212 kg (97+115) 270,179. 2. Laura Tolstrup Tanska (-97/72,27) 207 kg (89+118) 265,497. 3. Guðný Björk Stefán-sdóttir Islanti (-01/72,78) 193 kg (90+102) 246,862. 4. Mai-ken Buch Christensen Tanska (-98/71,88) 184 kg (80+104) 236,502. 5. Birta Líf Þórarins-dóttir Islanti (-02/73,96) 181 kg (84+97) 230,088. **81 kg:** 1. Emma Gleisner Suomi (-97/77,44) 202 kg (91+111) 252,488. 2. Met-te Fasmila Pedersen Tanska (-93/76,50) 182 kg (83+99) 228,487. **87 kg:** 1. Veronika Storm Tanska (-98/83,95) 204 kg (91+113) 248,120. 2. Friðný Jón-sdóttir Islanti (-97/84,31) 203 kg (92+111) 246,564. **+87 kg:** 1. Erla Ágústsdóttir Islanti (-01/114,58) 206 kg (93+113) 228,691.

MIEHET: 61 kg: 1. Niels Áki Mørk Färsaa-ret (-02/60,90) 207 kg (95+112) 315,016. **67 kg:** 1. Pól Hendikur Andreassen Färsaa-ret (-94/66,42) 214 kg (94+120) 306,508. **73 kg:** 1. Emil Johans-son Ruotsi (-95/72,64) 250 kg (110+140) 338,0258. **81 kg:** 1. David Börjesson Ruot-si (-93/80,83) 289 kg (129+160) 367,206. 2. Håkon Evensen Bek-kevold Norja (-98/79,99) 279 kg (120+159) 356,549. 3. Eetu Hau-taniemi Suomi (-05/81,00) 274 kg (125+149) 347,746. 4. Remy Heggvik Aune Norja (-01/80,27) 267 kg (115+152) 340,553. 5. Kári Einarsson Islanti (-00/78,56) 255 kg (115+140) 329,190. 6. Leif Á Bøgarði Färsaa-ret (-87/80,50) 235 kg (105+130). 299,265 **89 kg:** 1. Omed Alam Tanska (-99/88,25) 330 kg (145+185) 400,554. 2. Brynjar Logi Halldórsson Islan-ti (-02/88,47) 293 kg (133+160) 355,208. **96 kg:** 1. Jesse Nykä-nen Suomi (-96/96,00) 310 kg (140+170) 361,780. 2. Simon Dar-ville Tanska (-93/96,00) 307 kg (136+171) 358,279. 3. Antti Pel-

tokangas Suomi (-95/94,89) 306 kg (130+176) 358,961. 4. Chris-topher Vilage Ruotsi (-95/94,30) 305 kg (139+166) 358,792. 5. Ivar Ohlsson Ruotsi (-94/94,88) 301 kg (135+166) 353,112. **102 kg:** 1. Roni Pelttonen Suomi (-98/101,75) 322 kg (142+180) 382,427. 2. Hugo Hultvall Ruot-si (-01/101,33) 320 kg (144+176) 380,584. 3. Väinö Suoniemi Suo-mi (-01/98,05) 292 kg (132+160) 351,259. 4. Andreas Panayotis Diakovasilis Tanska (-00/96,62) 277 kg (122+155) 267,449.

109 kg: 1. Stefan Ågren Ruotsi (-88/103,57) 341 kg (150+191) 402,600. 2. Jakob Panayotis Dia-kovasilis Tanska (-96/) 327 kg (145+182) 382,239. 3. Rebin Rezazadeh Suomi (-96/107,64) 301 kg (132+169) 350,957. 4. Jør-gen Kjellelland Norja (-92/) 290 kg (130+160) 336,985. 5. Joonas Hasu Suomi (-99/106,48) 287 kg (119+168) 335,796. **+109 kg:** 1. Ragnar Gamlestøl Holme Norja (-01/) 340 kg (150+190) 369,264. 2. Hanno Keskitalo (-03/140,84) 325 kg (150+175) 350,044. 3. Martin Minkwitz Tanska (-91/) 300 kg (135+165) 336,541.

MAIDEN VÄLINEN PISTEKILPAILU, NAISET: 1. Tanska 47, 2. Islanti 28, 3. Ruotsi 26, 4. Norja 24, 5. Suomi 19, 6. Färsaa-ret 3.

MIEHET: 1. Suomi 37, 2. Ruotsi 31, 3. Tanska 24, 4. Norja 18, 5. Färsaa-ret 15, 6. Islanti 7.

JUNIORI CUP,
KOKONAISKILPAILU

T12: 1) Aino Eerikäinen Herakles 37 pistettä, 2) Wilhelmiina Junt-to OAK 33, 3) Moona Marjeta RoRe 30, 4) Wera Juntto OAK 25, 5) Etsiina Mamia LeKi 23.

P12: 1) Lauri Koikkalainen LeKi 35, 2) Ukko Russell OAK 34, 3) Ilja Korkalo RoRe 33, 4) Veeti Sulasalmi OAK 29, 5) Peetu Mar-jeta RoRe 24.

T16: 1) Pinja Eskelinen OAK 39, 2) Alexa Vainio 27, 3) Saimi Lönn-qvist Herakles 27, 4) Helmi Koikkalainen LeKi 27, 5) Miina Valttonen TAK 26, 6) Inari Salmi OAK ja Ruska Hirttiö PuKa 25.

P16: 1) Kai Ollonen OAK 40, 2) Touko Huhtimäki TP 37, 3) Tor-björn Russell OAK 34, 4) Kristen Sorvari PuKa 31, 5) Peetu Aku-järvi OAK 30, 6) Jasper Marjeta RoRe 30.

LOPPUHUIPENTUMA
ROVANIEMI 28.10.2023

T12: 1) Wilhelmiina Juntto 159,193 sinclairpistettä, tulos 74 kg (32+42), 2) Aino Eerikäinen 109,683, 74 kg (32+42), 3) Moona Marjeta 105,691, 60 kg (27+33), 4) Wera Juntto 100,256, 65 kg (26+39), 5) Etsiina Mamia 71,768, 53 kg (23+30).

P12: 1) Ukko Russell 181,548, 93 kg (40+53), 2) Veeti Sulasalmi 162,590, 85 kg (36+49), 3) Lauri Koikkalainen 161,410, 82 kg (35+47), 4) Ilja Korkalo 137,878, 87 kg (40+47), 5) Peetu Marjeta 96,512, 55 kg (24+31).

T16: 1) Pinja Eskelinen OAK 195,970, 124 kg T15/17SE (54+70 T15/17SE/PE), 2) Miina Valtonen TAK 177,310, 139 kg (62+77), 3) Saimi Lönnqvist Herakles 168,109, 122 kg (56+66), 4) Helmi Koikkalainen LeKi 162,496, 135 kg (57+78), 5) Inari Salmi OAK 153,799, 95 kg (42+53).

P16: 1) Kai Ollonen 255,890, 169 kg (74+95), 2) Torbjørn Russell 242,356, 128 kg (55+73), 3) Touko Huhtimäki 219,256, 188 kg (81+107), 4) Kristen Sorvari 211,538, 164 kg (73+91), 5) Peetu Akujärvi 200,975, 164 kg (72+92), 6) Jasper Marjeta 184,415, 136 kg (61+75).

17- JA 20-VUOTIAIDEN
PM-KILPAILUT ROVANIEMI
10.-11.11.2023

TYTÖT 17-v.: 45 kg: 1. Alberte Saugmann Schmidt Tanska (-10/40,55) 100 kg (43+57) 182,919 p. **49 kg:** 1. Pinja Eskelinen Suomi (-09/47,8) 125 kg T15/17SE/PE (54+71 T15/17SE/PE) 198,793 p., 2. Elin Anita Nilsson Franzen Tanska (-10/47,75) 115 kg (51+64) 183,042 p. **55 kg:** 1. Ida Caroline Mörrck Tanska (-06/54,0) 152 kg (66+86) 220,518 p., 2. Matilda Jauhohjärvi Suomi (-06/54,9) 151 kg (67+84) 216,525 p., 3. Iiris Savolainen Suomi (-06/54,4) 148 kg (67+81) 213,594 p., 4. Leyla Muratov Tanska (-08/53,6) 128 kg (57+71) 186,688 p., 5. Ester Buren Ruotsi (-08/52,9) 125 kg (55+70) 184,049 p., 6. Emely Persson Ruotsi (-06/54,55) 123 kg (55+68) 177,169 p. **59 kg:** 1. Emilie Hansen Tanska (-06/58,0) 161 kg (72+89) 222,38 p., 2. Li-

sa Niva Suomi (-08/59,0) 128 kg (55+73) 174,824 p. **64 kg:** 1. Kaisa Rautio Suomi (-07/63,4) 172 kg (76+96) 224,561 p., 2. Freya Koskela Ruotsi (-08/59,95) 163 kg (73+90) 220,342 p., 3. Nellie Vikström Ruotsi (-07/63,2) 162 kg (72+90) 211,909 p., 4. Mona Herva Suomi (-06/62,35) 137 kg (60+77) 180,692 p. **71 kg:** 1. Janette Ylisoini Suomi (-06/71,0) 220 kg SE T17/N20/23/yl, PE T17/N20 (102 SE T17/N20/23/yl, PE T17/N20+118), 2. Gertha Jürgenson Suomi (-06/68,65) 171 kg (76+95) 213,267 p., 3. Olivia Wärnehult Ruotsi (-06/69,45) 167 kg (74+93) 206,969 p., 4. Edle Eik Litland Norja (-06/69,3) 163 kg (71+92) 202,248 p. **76 kg:** 1. Minni Hormavirta Suomi (-08/72,5) 189 kg (83+106) 229 p., 2. Emily Lykke Nielsen Tanska (-07/72,05) 176 kg (79+97) 213,931 p., 3. Iita Kononen Suomi (-06/74,05) 166 kg (74+92) 198,999 p., 4. Karoline Kroken Norja (-07/73,95) 156 kg (67+89) 187,137 p. **81 kg:** 1. Fanny Köhler Ruotsi (-06/81,0) 185 kg (85+100) 212,692 p., 2. Maja Caroline Heine Björn Tanska (-06/77,1) 152 kg (66+86) 178,698 p., 3. Hedda Överli Norja (-06/80,05) 147 kg (62+85) 169,883 p. **+81 kg:** 1. Leah Heller Ruotsi (-07/84,35) 155 kg (70+85) 175,18 p., 2. Gudrun Helga Sigurdardottir Islanti (-06/113,05) 136 kg (61+75) 140,429 p.

MAIDEN PISTEET: 1. Suomi 54, 2. Tanska 39, 3. Ruotsi 30, 4. Norja 10, 5. Islanti 5.

17-VUOTIAAT POJAT: 49 kg: 1. Torbjørn Russell Suomi (-10/44,1) 134 kg (57+77) 249,849 p. **55 kg:** 1. Kai Ollonen Suomi (-08/55,0) 188 kg SE P15/P17/M20/M23 + yleinen, PE P17/M20 (83 SE P15/P17/M20/M23 + yleinen, PE P17+105 SE P15/P17/M20/M23 + yleinen, PE P17/M20) 291,819 p. **61 kg:** 1. Emil Viktor Sveum Norja (-06/59,25) 176 kg (81+95) 258,676 p. **67 kg:** 1. Aksel Svors-töl Norja (-06/67,0) 183 kg (78+105) 247,727 p., 2. Joona Jokela Suomi (-06/65,95) 161 kg (72+89) 220,14 p. **73 kg:** 1. Veikko Ojala Suomi (-06/72,25) 229 kg (101+128) 296,182 p., 2. Vilgot Lutz Ruotsi (-06/72,65) 228 kg (104+124) 293,949 p., 3. Milo Engzell Ruotsi (-06/71,6) 218 kg (100+118) 283,443 p. 4. Olli Par-

tanen Suomi PuKa (-06/72,05) 175 kg (78+97) 226,704 p. **81 kg:** 1. William Hichmann Mad-sen Tanska (-07/80,0) 250 kg (114+136) 305,832 p., 2. Alvo-lai Røyseth Norja (-06/77,25) 234 kg (109+125) 291,56 p., 3. Romeo Vergara Ruotsi (-06/79,8) 218 kg (100+118) 267,029 p., 4. Oliver Persson Ruotsi (-07/79,7) 218 kg (95+123) 267,201 p., 5. Ruben Bjerkan Norja (-06/76,1) 207 kg (92+115) 260,019 p. **89 kg:** 1. Eliel Jännes Suomi (-07/85,45) 255 kg (115+140) 302,004 p., 2. Hannes Pränni Suomi (-06/86,1) 249 kg (110+139) 293,855 p., 3. Niko-lai K. Aadland Norja (-08/84,8) 222 kg (97+125) 263,871 p., 4. Nima B. Lama Norja (-06/84,95) 221 kg (103+118) 262,463 p. **96 kg:** 1. William A Christian-sen Norja (-06/95,55) 248 kg (109+139) 279,824 p., 2. Julius Viio Suomi (-07/90,95) 241 kg (104+137) 277,527 p., 3. Jerry Jokinen Suomi (-06/94,05) 221 kg (101+120) 250,952 p. **+102 kg:** 1. Eddie Fogelberg Ruotsi (-06/118,45) 248 kg (108+140) 260,842 p., 2. Elvis Persson Ruotsi (-06/120,85) 235 kg (107+129) 245,931 p., 3. Antti Vähäkoski Suomi (-07/105,25) 183 kg (83+100) 199,313 p.

MAIDEN PISTEET: 1. Suomi 54, 2. Norja 35, 3. Ruotsi 28, 4. Tanska 7.

20-VUOTIAAT NAISET: 55 kg: 1. Ronja Lenvik Norja (-04/54,3) 136 kg (61+75) 196,531 p., 2. Maja Bölling Björnvik Tanska (-03/54,1) 110 kg (50+60) 159,375 p. **59 kg:** 1. Tilde Muh-rman Ruotsi (-04/58,15) 157 kg (68+89) 216,484 p., 2. Sandra Naevdal Norja (-05/58,75) 156 kg (69+87) 213,658 p., 3. Thorkatia Fridriksdottir Tanska (-04/57,8) 140 kg (63+77) 193,818 p., 4. Asta Egilstoft Niel-sen Färssaaret (-03/58,65) 128 kg (57+71) 175,505 p., 5. Jessi-ca Selin Suomi (-05/58,0) 125 kg (55+70) 172,655 p., 6. Saimi Lönnqvist Suomi (-07/57,65) 118 kg (55+63) 163,644 p. **64 kg:** 1. Siff Wibling Tanska (-03/62,75) 162 kg (73+89) 212,83 p., 2. Oli-via Kononen Suomi (-04/64,0) 154 kg (67+87) 199,929 p., 3. Ida Lodal Tanska (-05/62,9) 142 kg (63+79) 186,284 p., 4. Jes-sica Parhiala Suomi (-03/62,1) 140 kg (65+75) 185,105 p., 5. Briet Anna Heidarsdottir Islan-

ti (-05/60,55) 131 kg (63+68) 175,964 p. **71 kg:** 1. Jannike Bäckström Suomi (-03/67,45) 185 kg (83+102) 232,994 p., 2. Tuva Loodtz Norja (-03/70,2) 159 kg (67+92) 195,921 p., 3. Celine Lythje Tanska (-05/68,5) 158 kg (71+87) 197,29 p., 4. Miina Valtonen Suomi (-07/65,9) 138 kg (62+76) 176,112 p. **76 kg:** 1. Lea Berle Horne Norja (-05/75,4) 203 kg (89+114) 241,207 p., 2. Tine Rognaldsen Pedersen Norja (-04/74,45) 193 kg (83+110) 230,751 p., 3. Emma Laukkarinen Suomi (-04/72,75) 170 kg (74+96) 205,618 p., 4. Marla Sinisaari Suomi (-05/76,0) 169 kg (77+92) 200,043 p., 5. Ida Melin Sjö Ruotsi (-05/75,7) 161 kg (70+91) 190,936 p. **81 kg:** 1. Laila T. Björnarmeim Norja (-04/76,35) 180 kg (80+100) 212,596 p., 2. Iina Heikkilä Suo-mi (-07/76,15) 154 kg (68+86) 182,115 p. **87 kg:** 1. Linn Chris-tina Larssen Norja (-05/81,5) 166 kg (74+92) 190,339 p. **+87 kg:** 1. Aurelia Rebekka Peder-sen Tanska (-04/110,55) 166 kg (74+92) 172,237 p., 2. Lau-ra Albrecht Möller Nielsen Tanska (-05/104,75) 145 kg (64+81) 152,426 p.

MAIDEN PISTEET: 1. Norja 43, 2. Tanska 46, 3. Suomi 33, 4. Ruot-si 9, 5. Färssaaret 3, 6. Islanti 2.

20-VUOTIAAT MIEHET: 61 kg: 1. Thoma Vinther Nielsen Tanska (-05/56,4) 194 kg (87+107) 295,512 p. **67 kg:** 1. Joona Viit-tasaari Suomi (-04/65,6) 225 kg (104 M20SE+121) 308,7 p., 2. Arttu Isosaari Suomi (-04/63,15) 177 kg (82+95) 248,976 p. **73 kg:** 1. Rasmus H. Aune Norja (-05/72,7) 248 kg (107+141) 319,608 p., 2. Stefan Rönne-vik Norja (-05/72,25) 226 kg (106+120) 292,302 p., 3. Alexan-der Stangnes Nyberg Tanska (-05/69,6) 206 kg (90+116) 272,393 p. **81 kg:** 1. Eetu Hau-taniemi Suomi (-05/80,65) 271 kg (124+147) 330,155 p., 2. Onni Ruoho Suomi TAK (-04/80,3) 225 kg (105+120) 274,722 p., Bjar-ki Breidfjörð Björnsson Islan-ti (-03/80,9) – (121+-). **89 kg:** 1. Thorbergur Ernir Hlynsson Islan-ti (-05/89,0) 255 kg (116+139) 296,44, 2. Mohammad Musavi Ruotsi (-05/88,15) 252 kg (114+138) 294,211 p., 3. Miro Manderbacka Suomi (-05/88,35) 233 kg (107+126) 271,752 p., 4. Tindur Eliassen Islanti (-05/87,95)

232 kg (113+119) 271,138 p., 5. Johannes Björn Schwerin Tanska (-05/88,3) 226 kg (100+126) 263,654 p. **96 kg:** 1. Konsta Suoniemi Suomi (-04/95,6) 320 kg M20/23SE (145 M20/23SE+175 M20/23SE) 360,989 p., 2. Marcus Kjaergaard Andersen Tanska (-04/91,4) 248 kg (110+138) 284,986 p. **102 kg:** 1. Jaro Haapakoski Suomi (-03/99,15) 215 kg (100+115) 239,16 p., 2. Miro Silanne Suomi (-05/99,25) 207 kg (88+119) 230,174 p. **+109 kg:** 1. Hanno Keskitalo Suomi (-03/140,7) 330 kg (150+180 M20SE) 335,308 p., 2. Jukka Ylisoini Suomi (-03/115,3) 250 kg (110+140) 264,835 p. **MAIDEN PISTEET:** 1. Suomi 59, 2. Tanska 18, 3. Norja 12, 4. Islanti 10, 5. Ruotsi 5.

RAIMO TURUSEN
MUISTOKILPAILUT
KERAVA 18.11.2023

NAISET: 59 kg: 1. Hanna Kunelius LoLif (-88/57,95) 164 kg (74+90) 226,653 p., 2. Minna Grönberg JäTe (-73/58,40) 93 kg (41+52) 127,873 p. **64 kg:** 1. Pauliina Rauhamäki VPnk (-80/61,90) 106 kg (48+58) 140,431 p. **71 kg:** 1. Vilma Suuronen LoLif (-05/67,25) 122 kg (52+70) 153,906 p., 2. Marika Raudas-
koski PorPa (-82/66,05) 118

kg (51+67) 150,391 p., 3. Minna Lehtinen PorPa (-67/69,05) 77 kg (32+45) 95,728 p. **76 kg:** 1. Katja Kauppinen Atomi (-75/75,70) 118 kg (48+70) 139,940 p.

MIEHET: 73 kg: 1. Joni Salo LoVe (-91/72,45) 209 kg (97+112) 269,882 p. **81 kg:** 1. Jarkko Nieminen NuVo (-76/80,75) 228 kg (103+125) 277,594 p., 2. Kari Luojus HeTa (-78/80,30) 170 kg (75+95) 207,568 p., 3. Pekka Salo RiKi (-41/77,40) 77 kg (35+42) 95,841 p. **89 kg:** 1. Janne Rissanen Bodonos (-94/82,35) 195 kg (83+112) 235,096 p. **96 kg:** 1. Ramzi Mahjoub Bodonos (-90/93,05) 182 kg (82+100) 207,576 p. **102 kg:** 1. Lauri Hänninen Bodonos (-07/98,55) 169 kg (80+89) 188,419 p., 2. Tuomo Suihkonen Bodonos (-74/100,75) 161 kg (73+88) 178,040 p. **+109 kg:** 1. Werner Suihkonen Bodonos (-98/127,35) 240 kg (110+130) 248,200 p., Juha-Matti Kantola HeTa (-81/129,75) – (90+0)

SEURAJOUKKUEIDEN
SM-LOPPUOTTELU
ROVANIEMI 25.11.2023

LOPPUTULOKSET: 1. Ounasvaaran Atleetti Klubi I 1768,785 pistettä, 2. Rovaniemen Reipas 1656,854, 3. Puntti-Karhut

1564,592, 4. Tampereen Pyrintö 1530,918, 5. Ounasvaaran Atleetti Klubi II 1477,468.

NUORI NAISNOSTAJA I, R1: Matilda Jauhojärvi OAK I (-06/54,81) 150 kg (68+82) 233,447 p., Liisa Niva OAK II (-08/60,58) 122 kg (57+65) 176,537 p., Olivia Kononen PuKa (-04/65,17) 149 kg (64+85) 205,297 p., Jannike Bäckström RoRe (-03/67,13) 188 kg (84+104) 254,186 p., Emma Laukkanen TP (-04/74,35) 171 kg (74+97) 217,582 p.

NAISNOSTAJA II, R2: Johanna Husa-Russell OAK II (-72/59,11) 139 kg N50SE (61 N50SE+78 N50SE) 204,639 p., Viivi Körkkö OAK I (-02/56,78) 150 kg (66+84) 227,357 p., Venla Silvennoinen RoRe (-99/58,11) 158 kg (67+91) 235,472 p., Pihla Säynäjäkangas TP (-96/68,00) 157 kg (69+88) 210,575 p., Tiia Ojakoski PuKa (-90/71,37) 149 kg (64+85) 194,096 p.

NAISNOSTAJA III, R3: Sonja Koponen TP (-89/45,75) – (60+-) 108,274 p., Anette Kirkanen RoRe (-00/56,22) 167 kg (75+92) 254,988 p., Inka Tiainen PuKa (-05/59,50) 154 kg (67+87) 225,668 p., Kaisa Rautio OAK I (-07/64,10) 170 kg (74+96) 236,775 p., Mona Herva OAK II (-06/61,42) 136 kg (61+75) 194,934 p.

NUORI MIESNOSTAJA IV, R4: Kai Ollonen OAK II (-08/55,70) 185 kg P15SE (85 P15SE+100) 284,438 p., Veikko Ojala PuKa (-06/73,42) 232 kg (104+128) 297,306 p., Eliel Jännes TP (-07/86,52) 250 kg (108+142) 294,370 p., Jukka Ylisoini RoRe (-03/113,70) 261 kg (116+145) 277,568 p., Hanno Keskitalo OAK I (-03/139,82) 328 kg (153+175) 333,582 p.

MIESNOSTAJA V, R5: Joona Viitasaari PuKa (-04/65,90) 228 kg (103+125) 311,902 p., Markus Heinonen RoRe (-93/78,47) 251 kg (111+140) 310,151 p., Hannes Pränni OAK II (-06/87,20) 250 kg (108+142) 293,313 p., Konsta Suoniemi OAK I (-04/96,35) 325 kg M20SE (146 M20/23SE+179 M20SE) 365,501 p., Roni Peltonen TP (-98/104,10) 323 kg (143+180) 353,099 p.

MIESNOSTAJA VI, R6: Eetu Hautaniemi PuKa (-05/82,97) 275 kg (128+147) 330,324 p., Väinö Suoniemi OAK II (-01/98,32) 290 kg (128+162) 323,608 p., Hannes Keskitalo OAK I (-96/108,45) 345 kg (145+200) 372,123 p., Rebin Rezazadeh RoRe (-95/107,50) 300 kg (130+170) 324,489 p., Matias Tuovinen TP (-01/153,55) 345 kg M23SE (155+190 M23SE) 347,019 p.



Matias Tuovinen paransi 23-vuotiaiden työnnön ja yhteistuloksen Suomen ennätystä.

Painotuotteet Lahest.



M&P PAINO



www.mp-paino.fi