

Kuopion Painonnostajat olivat järjestely vastuussa tämän vuoden Suomen Voimanostoliiton varuste penkkipunnerruksen SM-kisoista, jotka pidettiin Siilinjärvellä Kunnanpaikassa 8.-9.12.2018.



PENKKIPUNNERRUKSEN SM 2018

8.-9.12.2018 KUNNONPAIKKA, SIILINJÄRVI



Kunnanpaikka



JW FORKLIFT OY



SIILINJÄRVI
Kultaa elämäsi

Lauantaina nostivat KP:sta Tapani Puhakka ja Johanna Kankus.

Tapani Puhakka tuli hopealle sarjassa M4 93kg tuloksella 97,5 kg.



Johanna Kankus voitti kultaa sarjassa N72 tuloksella 142,5 kg.



Sunnuntaina nostivat Joel Rissanen ja Tuomas Puhakka.

Joel Rissanen voitti kultaa sarjassa 105M18 tuloksella 160 kg.



Tuomas Puhakka voitti kultaa sarjasa 105M23 tuloksella 180 kg.



[Isäntäleikkuja](#)

