

Kuopion Painonnostajat järjestivät kansallisen klassisen penkki-punnerrus kilpailun 23.11.2019 Rajalan väestösuojassa. Kisoihin oli ilmoittautunut 25 penkkaajaa, joista 24 kisasi punnituksen jälkeen.

Teksti ja kuvat: Kuopion Painonnostajat

Kuopion voimailu luolaan saapui penkkaajia ympäri Suomea. Kuopion Painonnostajista osallistui seuran uusi jäsen Miia Nyyssönen, kaksi seuramme Masters nostajaa Seppo Räsänen sekä kaiken voimanostossa saavuttanut ikinuori Tapani Puhakka.

Kilpailun parhaimmat IPF-pistein palkittiin; paras nais nostaja Miia Nyyssönen KP 638,67, paras juniori nostaja Miikka Hyötylä NaVo 635,38 ja paras mies nostaja Markku Väisänen MiVo 777,01.





Kuopion Penkkipunnerrus 2019. Vasemmalta oikealle: Jari Mäkelä, Jari Mäkelä, Jari Mäkelä, Jari Mäkelä.



Tulokset
Kisa tunnelmia;















