

Nuorten klassisen voimanoston SM-kilpailut Turengissa 25. –26.1.2020

Tuomas Tavi nosti Suomen mestariksi sarjassa 74M18. 225,5 kg:n jalkakyykky, 115 kg:n penkkipunnerrus ja 225,5 kg:n maastanosto toivat yhteistulokseksi 533 kg. Kyykky, maastanosto ja yhteistulos ovat Suomen ennätyksiä.

Sarjassa 93M23 kilpaillut Arsi Rosenberg urakoi kaikki omat ennätyksensä uusiksi. Kyykyssä nousi 200 kg, penkissä 115 kg ja maastanostossa 220 kg. Yhteistuloksella 535 kg Arsi ylsi kahdeksannelle sijalle.

Varustevoimanoston SM-kilpailut Ylöjärvellä 8.–9.2.

Tuomas Puhakka pukkasi kultamitalin sarjassa M120. Kyykky 317,5 kg, penkki 210 kg maastanosto 305 kg toivat yhteistulokseksi 832,5 kg. [LINKKI RAPORTTIIN](#)

Tapani Puhakka nosti pronssille sarjassa 93M70. Tapanin yhteistulos 357,5 kg koostui 85 kg:n kyykystä, 112,5 kg:n penkkipunnerruksesta ja 160 kg:n maastanostosta.

Klassisen voimanoston avoimen luokan SM-kilpailut Oulussa 13.–15.3.

Johanna Kankuksen mestaruusputki jatkui, kun hän voitti sarjan N63 yhteistuloksella 413,5 kg. Kyykyssä syntyi uusi Suomen ennätys, 163,5 kg. Johanna nosti penkistä 85 kg, ja maastanostosta irtosi 165 kg. [Johannan nostot](#)

Sarjassa M120 Tuomas Puhakka sijoittui yhdeksänneksi. 242,5 kg:n kyykky, 170 kg:n penkki ja 265 kg:n maastanosto muodostivat yhteistuloksen 677,5 kg. [LINKKI RAPORTTIIN](#)