

Nuorten voimanoston EM-kilpailut käydään Ruotsissa Jönköpingssä 10-13.6.2009.

Suomalaisista kisan aloitti Arto Kettunen. Arto aloitti onnistuneella jalkakyykyllä 187,5 kg:sta. Toiseen kyykkyn tasan 200 kg ja sekin nosto onnistui. Viimeisessä nostossa oli Arton oma ennätys 205 kg, mutta se kuitenkin pysähtyi välillä ja näin ollen hylättiin tuomariäänin 2-1. Jalkakyykystä tulokseksi siis 200 kg.

Penkkipunnerruksen Arto aloitti varmasti 115 kg:sta ja toiseen nostoon 120 kg. Viimeisellä nostolla hyväksytysti 125 kg, jolla myös tuli lajipronssi.

Maastanoston Arto aloitti helposti 185 kg:lla. Toiseen nostoon 197,5 kg ja sekin onnistui. Viimeiseen 207,5 kg, joka myös hyväksyttiin. Yhteistulokseksi tuli siis 532,5 kg, jolla Arto sai EM-pronssia sarjassa 60 kg. Oma ennätys parani 37,5 kg.



http://www.isshomenvoimanostoliitto.fi/index.php?option=com_content&view=article&id=150&Itemid=47