

Varustepenkkipunnerrus SM-kilpailut kaikille ikäluokille pidettiin 7.12.2019 Pornaisissa.

Kuopion Painonnostajia edustava Pietu Lippo voitti sarjansa miehet alle 83kg Suomen mestaruuden tuloksella 205 kg.



Pietu Lipon kisaraportti:

Kisat ohi! Mestaruus kaulassa. Tosin siihen ei vaadittu kuin yksi onnistunut nosto ja siinä onnistuttiin toisella nostolla. Ensimmäinen nosto 205kg juryn hylkäämä, toinen nosto sama rauta ja 3-0 läpi. Viimeinen nosto 248kg ihan päätön yritys ja nosto (lasku) epäonnistui. Seuraava kilpailu otetaan fiksummin ja rauhallisemmin.

[Tulokset](#)

