

Voimanoston ja penkki-punnerruksen Pohjoismaiden mestaruuskilpailut, Lilleström, Norja,
15. – 17.9.2023

Varustevoimanosto

18N52	Eerika Palosaari	RK
18N63	Ninni Kopola	SiSi
23N69	Minka Poikselkä	KaVo
23N84	Siiri Tossavainen	KiurU
23N84+	Rosanna Lampela	LIKE
23M120	Santeri Helin	E-SV
23M120+	Mikael Salomäki	KaVo

Klassinen voimanosto

18N47	Jenna Tarvainen	PomPy	
18N57	Eerika Palosaari	RK	
18N57	Ronja Ruti	RautU	
18N63	Sohvi Mikkonen	ViNo	
18N63	Ninni Kopola	SiSi	
18N69	Sara-Sofia Välvä	PomPy	
18N69	Hilja Päiviälä	PomPy	
18N76	Raisa Korhonen	RautU	
18N84	Amanda Airasmaa	PomPy	
1 vara	18N57	Emma Honkonen	ÄV
2 vara	18N63	Janita Ylikoski	PomPy
3 vara	18N57	Maiju Lehtimäki	PomPy

Josefina Saarisen jäädessä pois, nousee joukkueeseen Amanda Airasmaa.

23N57	Nelli Westerlund	Vilke
23N63	Neea Flyktman	VilpVe
23N69	Oona Kujala	OPT
23N76	Nina Heikkinen	PV
23N84	Siiri Tossavainen	KiurU
18M59	Otto Tala	MaxPower
18M83	Jussi Waris	RautU
18M83	Otto Sjuls	ÅKK
18M120+	Jesse Miettinen	JuPu
23M105	Thomas Salahub	ÄV
23M120	Samuel Svartsjö	NyKK
23M120+	Mikael Salomäki	KaVo

Varustepenkkipunnerrus

18N52	Eerika Palosaari	RK
-------	------------------	----

23N69	Minka Poikselkä	KaVo
23N76	Emmi Järvenpää	KaVo
23N84	Siiri Tossavainen	KiU
23N84+	Rosanna Lampela	LIKE
23M105	Hermann Järvenpää	KaVo
23M120+	Mikael Salomäki	KaVo

Klassinen Penkkipunnerrus

18N57	Anni Palomäki	MaxPower
18N57	Eerika Palosaari	RK
18N63	Ninni Kopola	SiSi
18n84+	Amanda Airismaa	PomPy
23N69	Hilla Latukka	TVN
23N84	Siiri Tossavainen	kiU
18M93	Ossi Rantala	PTVAK
23M74	Anton Nykänen	RautU
23M83	Arttu Korhonen	RautU
23M105	Hermann Järvenpää	KaVo
23M120+	Mikael Salomäki	KaVo

Joukkueenjohtajana Mats Finne, huoltajina Hannu Kopola sekä Kaj Mattila. Tuomareina Helena Kvist ja Jouni Kvist.