



# SUOMEN VOIMANOSTOLIITTO RY

---

## TOIMINTAKERTOMUS VUODELTA 2025



## SISÄLLYSLUETTELO

1.	<i>HALLINTO</i> .....	3
2.	<i>JÄSENSEURAT</i> .....	4
3.	<i>HARRASTAJAT</i> .....	4
4.	<i>VIESTINTÄ- JA JULKAISUTOIMINTA</i> .....	7
5.	<i>KOULUTUS- JA VALMENNUSTOIMINTA</i> .....	7
5.1	Valmennusvaliokunnan koulutustoiminta .....	7
5.2	Tuomarikoulutus .....	9
6.	<i>KANSAINVÄLINEN TOIMINTA</i> .....	10
7.	<i>TALOUS</i> .....	11
8.	<i>KILPAILUTOIMINTA</i> .....	13
	<i>SUOMEN MESTARIT VUONNA 2025</i> .....	20
	<i>KANSAINVÄLISET MESTARUUSKILPAILUT, suomalaisten tulokset ja sijoitukset, maiden ranking</i> .....	26
	<i>SUOMALAISET MITALISTIT VUODEN 2025 KANSAINVÄLISISSÄ MESTARUUSKILPAILUISSA</i> .....	40
9.	<i>ANTIDOPING</i> .....	47
10.	<i>MUUT TAPAHTUMAT JA OSALLISTUMISET</i> .....	47

# SUOMEN VOIMANOSTOLIITTO RY

## TOIMINTAKERTOMUS VUODELTA 2025

---

### 1. HALLINTO

Liiton toimintaa hoitaa hallitus, jonka puheenjohtajana toimi kertomusvuonna Tero Hyttinen. Varapuheenjohtajana toimi Kaj Mattila. Hallituksessa on puheenjohtajan lisäksi kuusi varsinaista hallituksen jäsentä. Muut hallituksen jäsenet olivat Mats Finne, Tomi Määttä, Ville Niskanen, Ville Orasmaa, ja Sami Siltala. Hallituksen ensimmäisenä varajäsenenä toimi Heikki Orasmaa (11.3.2025 asti) ja toisena varajäsenenä Kirsti Paloniemi.

Liiton toiminnanjohtajana oli ammattivalmentaja Jarkko Saapunki Kuusamosta 12.11.2025 asti, jolloin hän erosi liiton palveluksesta. Liiton toimisto oli Kuusamossa osoitteessa Kitkantie 110 Saapungin eroon asti ja siitä alkaen liiton puheenjohtajan kotona osoitteessa Muoniontie 138b, Äkäsjoen suu.

Tuomarivaliokunnan puheenjohtajana toimi Margetta Salminen (LVK team). Muut jäsenet olivat Tero Hyttinen (AavKi), Mika Honkaniemi (PV) ja Kaj Mattila (E-SV) sekä lisäksi tiedonkulun vuoksi liiton toiminnanjohtaja Jarkko Saapunki eroonsa saakka.

Liiton valmennustoiminnan osalta on päävalmentajana toiminut Kaj Mattila (E-SV), jonka tukena valmennusvaliokunnassa ovat toimineet Mats Finne (KoJy), Juho Kuusisaari ja Jarkko Saapunki. Kuusisaari on toiminut liiton kouluttajana ohjaaja- ja valmennuskoulutuksissa sekä vetäjänä nuorten maajoukkueryhmässä. Maajoukkueryhmän toiminta ajettiin alas, koska se ei tarkoitetulla tavalla tavoittanut nuoria kärkinostajia. Nuorten vastuvalmentajana on ollut Mats Finne. Maajoukkuetoiminnan koordinoinnista on vastannut liiton toiminnanjohtaja. Toiminnan johtajan eron jälkeen maajoukkuekoordinoinnista on vastannut Ville Niskanen (So-Vi).

Liiton verkossa olevan eVoimanojasta-lehden päätoimittajana toimi Heikki Virtanen (HPV) toista vuottaan. Liiton tiedottajana toimi Ville Niskanen (So-Vi).

Liitto on tehnyt järjestelmällistä riskienhallintatyötä vuodesta 2019 alkaen. Liiton hallinnoimien järjestelmien osalta on varmistettu, että ne ovat liiton hallinnassa myös mahdollisissa henkilövaihdos-, sairastumis- tai muissa vastaavissa tilanteissa. Liiton webhotellipalvelut on uudistettu niin, että kaikki sopimukset ovat nyt liiton nimissä.

Liiton kevätkokous, johon osallistui 25 seuraa, pidettiin 13.4.2025 etäyhteydellä Teamsissa ja syyskokous 25.10.2025 niin ikään etäyhteydellä Teamsissa. Syyskokouksen ilmoittautui 43 seuraa, mutta osallistui 41 seuraa Hartolan Voimailijoiden ja Lopen Voima ja Kunto teamin jäädessä pois. Liiton hallituksen erovuoroisista jäsenistä äänestettiin Hejmo.fi äänestyspalvelussa, mikä takasi vaalisalaisuuden. Liiton kokouksen pidetään jatkossakin etäyhteydellä syyskokouksen päättämällä tavalla.

Liiton ylimääräinen kokous järjestettiin 13 jäsen-seuran vaatimuksesta 4.12.2025 Teams kokouksena. Kokouksessa päätettiin Klassisen SM-kisojen voimanojasta ja penkkipunnerruksen tulosrajojen voimaantulosta, jota päätettiin lykätä seurojen vaatimalla tavalla tulemaan voimaan 9.2.2026. Ylimääräiseen kokoukseen osallistui 32 ilmoittautuneesta seurasta 31 Team365 jäädessä pois.

Hallituksen kokouksia pidettiin kertomusvuonna yhteensä 10 kertaa. Kokoukset pidettiin Teams etäyhteydellä seitsemästi ja kerran kokoonnuttiin Vantaalla. Niiden lisäksi hallitus teki päätöksiä myös sähköpostitse. Sähköpostitse tehdyt päätökset on kirjattu hallituksen kokousten pöytäkirjoihin.

Vuoden 2025 alusta lukien liiton taloushallinto ja kirjanpito on hoidettu liiton omana työnä Netvisor Oy:n palvelussa, joka on integroitu SuomiSporttiin. Nykyisellään liitolla on käytössä yksi pankkitili, joka aiemmin tunnettiin ns. lisenssitilinä. Liiton toiminnantarkastajan toimi Kuusamon Laskenta Oy:stä Tuomo Airisniemi. Varatoiminnantarkastaja oli Matti Rajaniemi (TVN) Tampereelta.

Liiton ennätysrekisterin sekä rankingtilastojen ylläpitämisestä on 1.1.2013 lähtien vastannut Tmi Alphabit / Timo Salminen. Tilastot ovat Tmi Alphabitin ylläpitämässä tietokantaohjelmassa Livescoresheet.com.

Voimamallitilastosta on vastannut liiton toiminnanjohtaja Jarkko Saapunki. Liiton kilpailutulosten julkistamista kotisivuilla vastaavat puheenjohtajat sekä toiminnanjohtaja. Pohjoismaiden ennätysrekisteriä ylläpitää Timo Heiskanen (TVN).

Liiton lisenssi- ja antidopingsopimusten hallinnointijärjestelmänä on ollut vuoden 2021 alusta Suomen Olympiakomitean Suomisport järjestelmä, johon on siirretty myös SM-kisoihin ilmoittautuminen.

## 2. JÄSENSEURAT

Uusiksi jäsenseuroiksi vuodelle 2025 hyväksyttiin Karkkilan Voima (KaV), Karvian Kiri (KarKi), Kotkan Voimailijat (KoVo) ja Levin voima (LeVi).

Liiton jäsenyydestä ilmoittivat eroavansa Pauna (Pauna), Wihdin Voima (WW) ja Yläneen Kiri (YIKiri).

Liiton 130 jäsenseurasta jäsenmaksun maksoi 129 seuraa. Liiton jäsenmaksun jätti maksamatta Team SKIP (SKIP), joten se katsottiin eronneeksi liiton jäsenyydestä.

Vuoden 2025 alussa jäsenseuroja oli 126 ja lopussa 130.

## 3. HARRASTAJAT

Liiton jäsenseurakyselyn mukaan liiton jäsen seuroissa oli henkilöjäseniä 21 822 (21 233 vuonna 2024). Näistä harrastaa voimanostoa aktiivisesti 2 314 (2 232) henkilöä. Kilpailutoiminnassa toimitsijoina näistä on mukana 797 (749) henkilöä. Kilpailulisenssin omaavia heistä oli kertomusvuoden lopussa 1 311 (1 262), joista naisia oli 485 (452) eli 37,0 %. Naisten määrä lisääntyi 33 henkilöllä lisenssinostajien kokonaismäärän noustessa 49 henkilöllä. Näin miesnostajien määrä lisääntyi 16 henkilöllä kertomusvuonna.

Antidopingsopimuksen solmineita oli 2 426 henkilöä antidopingsopimuskaudella 2015–2020. Heistä lisenssiä ei ollut 1 506 henkilöllä vuoden 2020 aikana. Antidopinglisenssi uusittiin vuoden 2021 alusta lukien. Vuosina 2021–2025 lisenssirekisterissä on ollut yhteensä 2993 henkilöä, joista 68 henkilöllä oli pelkästään tuomari ja/tai valmentajalisenssi, eli antidopingsitoumuksen tehneitä henkilöitä oli 2925.

Liiton jäsenseuroissa oli 264 (212) seuraohjaajaa ja 167 (269) valmentajaa. Valmentajien määrän väheneminen selittyy osittain liiton vuosittaisella Valmentaja- ja ohjaajakoulutuksella, joka on ohjannut vastaajia arvioinnissa kriittisempään suuntaan.

Seurat järjestivät 3 325 (2 678) yhteisharjoitusta jäsenilleen sekä 15 (26) antidopingtilaisuutta. Antidopingtilaisuuksia järjesti liiton jäsenseuroista 10 (yhdeksän) seuraa. Voimailu- tai ns. punttikoulutoimintaa järjestettiin 50 (43) seurassa ja toimintaan osallistui 694 (421) jäsentä, jotka ovat sekä nuoria että enenevässä määrin varttuneempia lajin vasta-alkajia. Tässä määrän lisääntyminen näyttäisi korreloivan erityisesti masters ikäisten nostajien lisääntymistä lisenssinostajissa.

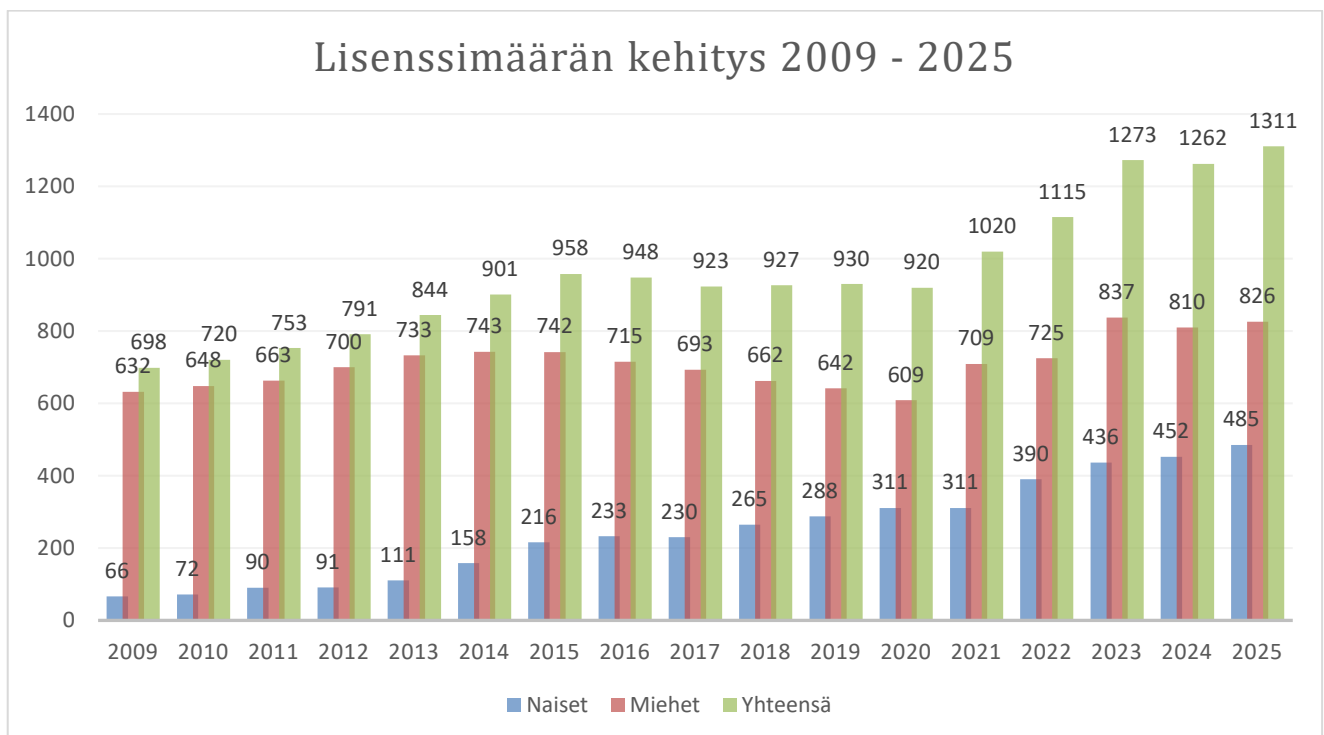
**Nostajat ikäluokittain 2025, naisten osuus nostajista 2020 - 2025**

						2025	2024	2023	2022	2021	2020
Ikäluokka	Syntymävuodet		Naiset	Miehet	% kaikista	N%	N%	N%	N%	N%	N%
14	2011	2013	5	18	1,8 %	21,7 %	34,8 %	51,9 %	25,0 %	16,7 %	33,3 %
18	2007	2010	32	94	9,6 %	25,4 %	33,1 %	35,2 %	38,7 %	27,8 %	40,8 %
23	2002	2006	69	110	13,7 %	38,5 %	33,1 %	35,5 %	44,1 %	29,9 %	30,6 %
Avoim	2001	1986	204	200	30,8 %	50,5 %	47,0 %	42,9 %	43,8 %	40,7 %	43,2 %
40	1985	1976	96	161	19,6 %	37,4 %	34,8 %	33,2 %	32,6 %	32,2 %	33,7 %
50	1975	1966	56	121	13,5 %	31,6 %	30,7 %	24,6 %	23,7 %	18,8 %	23,0 %
60	1965	1956	19	87	8,1 %	17,9 %	18,1 %	20,5 %	14,9 %	16,2 %	17,2 %
70	1955		4	35	3,0 %	10,3 %	7,3 %	2,6 %	2,4 %	5,3 %	8,3 %
			485	826		37,0 %	35,8 %	35,0 %	35,0 %	30,5 %	33,8 %

Nuorten osuus lisenssinostajista jatkoi hienoista vähenemistään. Nuorten osuus nostajista oli 25,1 % (328), kun se vuonna 2024 oli 26,5 % (334) ja vuonna 2023 se oli 26,5 % (341). Avoimen ikäluokan osuus oli 30,8 % (404), kun se vuonna 2024 oli 32,6 % (411) ja masters ikäluokkaan kuuluvien osuus nostajista nousi 44,2 %:iin nostajista (540), kun se vuonna 2024 oli 41,0 % (517). Nuorten ikäluokkien nostajien määrä väheni nyt kuudella nostajalla, Avoimen luokan nostajien määrä väheni puolestaan seitsemällä nostajalla ja masters nostajien määrä lisääntyi 23 nostajalla. Masters -ikäluokkaansa nostajat siirtyvät sinä vuonna, jona täyttävät 40, 50, 60 tai 70 vuotta. Sinänsä ikäluokkien muutokset olivat vähäisiä samoin kuin kokonaismääränkin muutos (+ 49 nostajaa), että käytännössä voidaan puhua jo vakiintuneesta nostajamäärästä noin 1 300 nostajasta.

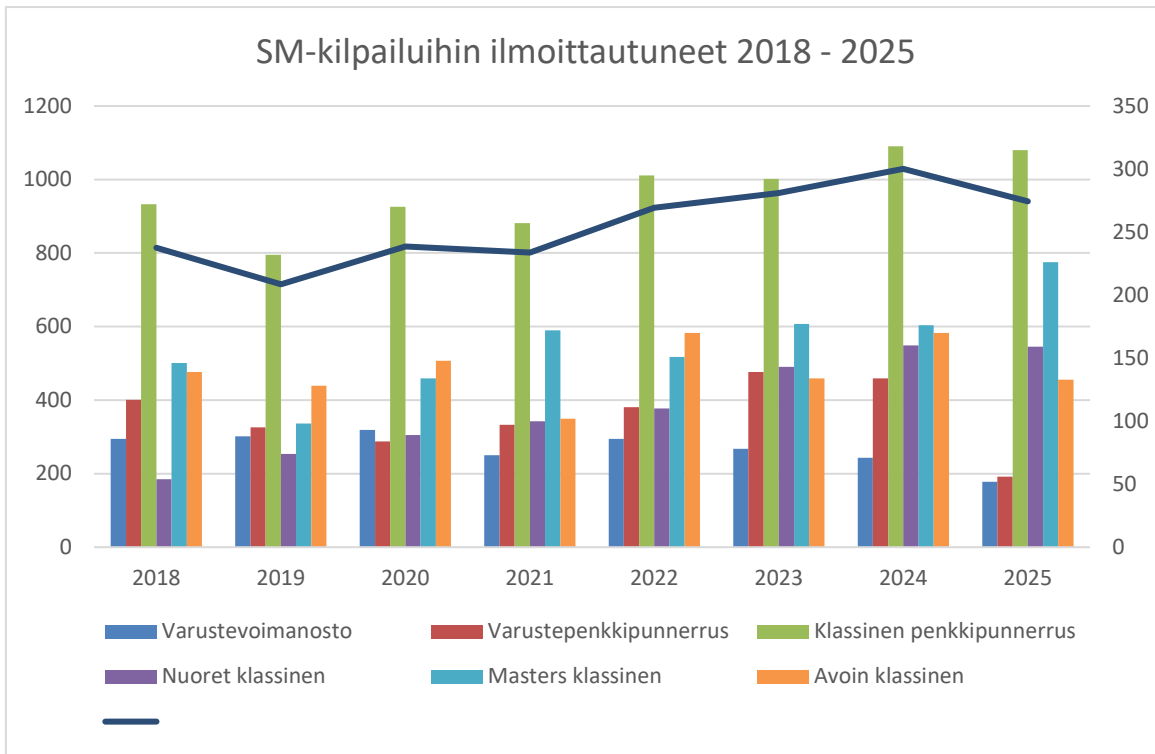
Harrastajamäärä oli pitkäaikaisena kehityksenä aallonpohjassa vuonna 2009, kun lisenssinostajia oli 698 henkilöä, joista naisia 66. Tästä alkoi voimanoston kilpailutoiminnan harrastuksen osalta nousu, jota vauhditti vuodesta 2011 alkaen järjestetyt klassisen voimanoston ja penkki-punnerruksen SM-kisat. Vuonna 2015 lisenssinostajien määrä oli 958 nostajaa, joista naisia 216 ja miehiä 742. Naisten kokonaismäärän kasvu piti nostajakehityksen tasaisena vuosina 2015–2020. Kokonaismäärän kasvua nostajamäärissä ei tuona ajanjaksona tapahtunut, koska miesnostajien määrä väheni tuolloin.

Korona aikana tässä tapahtui merkittävä muutos vuosina 2021 ja 2022, joka on edelleen jatkunut. Miesten määrä lisenssinostajissa nousi 100 nostajalla vuonna 2021 ja edelleen 95 nostajalla 2022. Samanaikaisesti naisten määrä pysyi ennallaan vuonna 2021 edelliseen vuoteen verrattuna, mutta nousi jo merkittävästi vuonna 2022, jolloin palattiin pitkälti ns. normaaliin korona-ajan rajoituksista. Vuonna 2025 kasvua oli mainittu 49 nostajaa. Tämä tarkoitti samalla sitä, että liiton lisenssinostajamäärä nousi 1 262 nostajasta 1 311 nostajaan viime vuonna, mikä on liiton tilastoidun historian suurin luku. Viime vuonna sekä naisten että miesten määrä nostajissa nousi. Merkille pantavaa on se, että harrastuneisuuden nousu näyttäisi siirtyvän nuorista masterseihin.

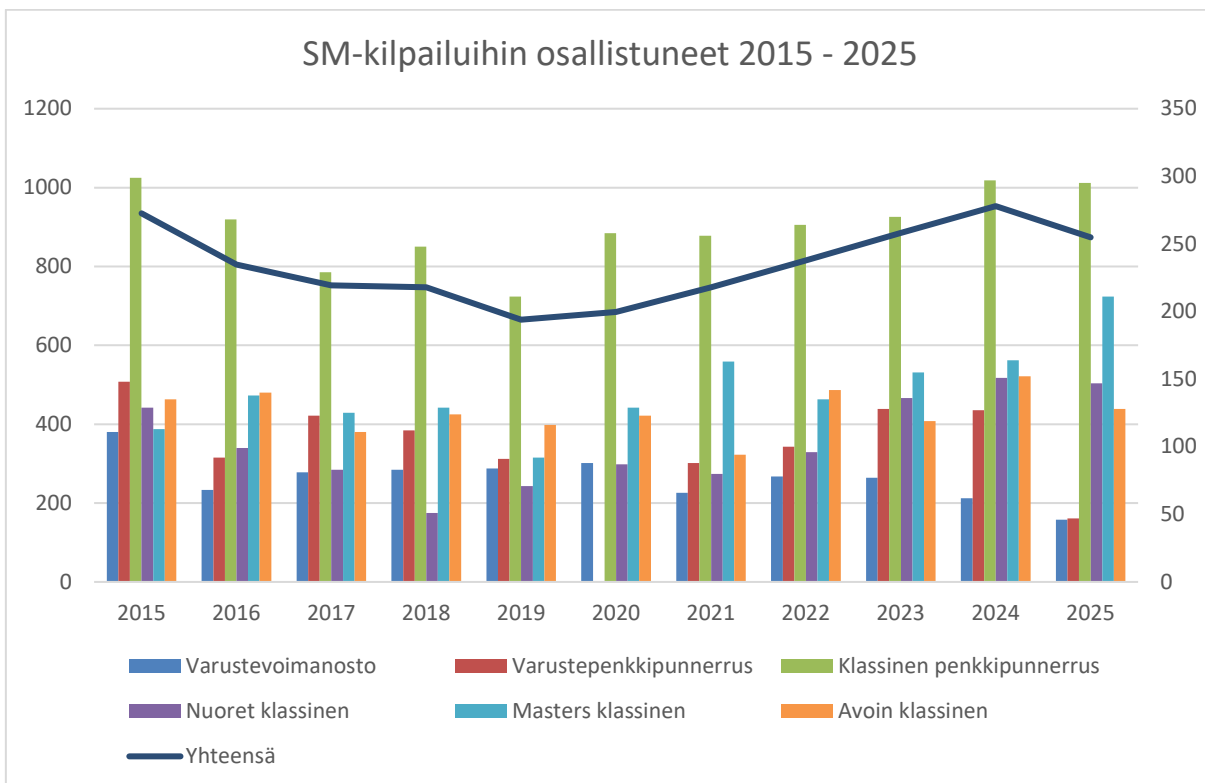


Harrastuneisuuden kasvu on näkynyt selkeästi myös SM-kisoihin ilmoittautuneiden, että varsinaisesti nostaneiden määrässä. SM-kisojen osalta alkaa osallistujamäärien katto etenkin klassisen voimanoston osalta olla vastassa viikonlopun kestävässä kisoissa. Kilpailujen talouden näkökulmasta merkittävä osallistujamäärien supistaminen olisi mahdollista vain yhdistämällä kisoja tai nostamalla osallistumismaksua nykyisestä.

Niin ilmoittautuneissa kuin osallistuneissa nostajissa edellinen huippuvuosi oli 2015, jolloin Suomessa järjestettiin klassisen voimanoston MM-kilpailut Salossa. Osallistuneiden ja ilmoittautuneiden määrässä aallonpohja oli 2019, minkä jälkeen on oltu tasaisessa osallistujamäärien kasvussa varsinkin klassisen nostamisen osalta.



Varustenostaminen sen sijaan on ollut hiipuvaa niin voimanoston kuin penkkipunnerruksen osalta 2010 luvun alusta, jolloin klassinen voimanosto tuli viralliseen kilpailuohjelmaan maailman laajuisesti. Vuonna 2024 SM-kilpailuihin ilmoittautui 1 028 nostaja ja lavalle näistä nousi 953 nostajaa. Tämä oli pitkän tähtäimen ennätysvuosi, josta viime vuonna jäätin jälkeen erityisesti varustenoston SM-kisojen osallistujamäärien romahtaessa. Syitä tähän lienee mm. se, että kisat yhdistettiin samaan viikonloppuun penkkipunnerruksen ja voimanoston osalta. Vuoden 2024 ja 2025 varustepenkkipunnerruksen kisojen väli oli ennätysellisen lyhyt noin pari viikkoa sekä se, että vuonna 2025 jaettiin mitalit painoluokittain vain, jos osallistujia ikäluokkaan oli 10 tai enemmän.



## 4. VIESTINTÄ- JA JULKAISUTOIMINTA

Liiton pääasiallisena viestintäkanavana on käytetty liiton verkkosivuja [www.suomenvoimanostoliitto.fi](http://www.suomenvoimanostoliitto.fi).



Sivustolla oli vuonna 2025 955 619 (924 313 vuonna 2024) katselukertaa sekä 321 526 (303 639) istuntoa, joiden kesto oli keskimäärin 4 minuuttia 6 sekuntia. Aktiivisia käyttäjiä sivuilla oli 101 328 (111 533), joista uusia käyttäjiä 98 429 (108 748). Katselukertoja käyttäjää kohden oli 9,4 (8,3) vuonna 2025. Kävijöistä mobiililaitetta käytti 225 100, tietokonetta 70 200 ja tablettia 7 000 kävijää. Äly tv käyttäjiä oli seitsemällä kävijällä.

Sähköiseen viestintään on käytetty enenevässä määrin myös liiton Facebook-sivuja, Instagramia, Tik Tokia ja liiton YouTube-kanavaa, missä lähetetään suorana mm. SM-kilpailut. Suomen Voimanostoliiton yksityisessä Facebook-ryhmässä on tällä hetkellä 1 783 (+140) jäsentä ja Voimanoston tuomaritoiminta svnl yksityisessä ryhmässä 223 jäsentä (- 5).

Liiton Facebook -kotisivulla oli alkuvuodesta 2025 10 466 seuraajaa. Meta jäädytti liiton tilin maaliskuussa 2025 eikä ole suostunut sitä avaamaan uudelleen. Liitto on ollut yhteydessä Traficomiin ja sen kautta Irlannin digitaalisten palveluiden koordinaattorille, mutta ilman tulosta tähän mennessä. Liiton valitus on siirretty viime vuoden toukokuussa osaksi Euroopan komission laajempaa Meta-tutkintaa, mutta siitä ei tällä hetkellä ole uutta raportoitavaa. Tämän vuoksi liitolle perustettiin huhtikuun alussa 2025 uusi julkinen Facebook-sivu, jolla on nyt 1 432 seuraajaa. Seuraajien määrä on loppuvuonna lähtenyt nousuun.

Instagram tilillä seuraajia on 4 834 (+943) henkilöä ja liiton TikTok -tilillä on 2 752 (+ 41) seuraajaa.

Liiton Youtube -kanavalla on noin 3 380 (+ 380) tilaajaa. Liiton SM-kisoilla on ollut 122 798 (115 000) katsojaa vuoden 2025 aikana. Katsotuin yksittäinen lähetys oli avoimen klassisen voimanoston naisten 52–63 kg painoluokkien kilpailu.

Liiton verkko- ja Facebook – sivujen, Instagram-tilin ja YouTube -kanavan lisäksi eVoimanostajalehti on liiton virallisena tiedotuskanavana jäsenseuroille ja niiden jäsenille. eVoimanostajan päätoimittajina toimii Heikki Virtanen. eVoimanostajan struktuurin liiton kotisivuille on luonut Zeroten Oy, joka on tehnyt myös liiton kotisivut.

Liitto on lähestynyt seuroja myös sähköpostin kautta seurakirjeillä ajankohtaisissa asioissa. Lisäksi lähetettiin uutiskirjeitä liiton lisenssinostajille, seurojen yhteyshenkilöille ja uutiskirjeen tilanneille 1 680 henkilölle.

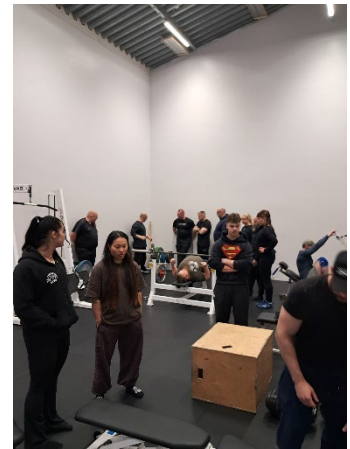
## 5. KOULUTUS- JA VALMENNUSTOIMINTA

### 5.1 Valmennusvaliokunnan koulutustoiminta

Taso 1 kurssi järjestettiin alkuvuonna hybridi koulutuksena. Pajulahdessa pidettyjen lähipäivien lisäksi kurssiin kuului Teams luentoja ennen ensimmäistä lähijaksoa sekä lähijaksojen välissä. Kokonaisuus arvioitu 50 h kestoiseksi. Tähän kurssiin osallistui 14 henkilöä. Koulutuksen lähipäivät olivat 26.-28.9 ja 5.-7.12.2025.

Kurssin lähijaksoihin kuului luentoja ja käytännön opetusta, ulkopuolisia luennoitsijoita käytettiin myös eri osa-alueilla.

Kurssin pääopettajana toimi liiton Koulutuspäällikkö Juho Kuusisaari, joka on luonut kurssisisällön pääosin, valmennusvaliokunta auttoi tarvittaessa aineiston luomisessa. Kurssin sisältö paneutui voimanostokoulun ja muiden asioiden tuottamiseen.



Liettuan Druskininkain junioreiden klassisen voimanoston EM-kisaan valmistuville urheilijoille järjestettiin maajoukkueleiri Hämeenlinnassa, jossa käsiteltiin liiton syyskokouksessa tulleita muutoksia maajoukkue toimintaan, SUEK ajankohtaisia asioita sekä muita nuoria askarruttaneita asioita. Mats Finne ja Kaj Mattila saivat koottua intensiivisen päivän junioreille. Paikalla olivat myös Janne Hakala sekä Mervi Sirkiä, jotka oaltaan toivat tapahtumaan lisää apua yhteisharjoitukseen sekä Mervi osaltaan naisten harjoittelun osuuteen.



Valmennusvaliokunnan ja tarkemmin päävalmentaja tehtäviin kuuluu SUEK yhteistyö sekä urheilukoulun sekä PV yhteistyön ylläpito ja kehittäminen. Toimintavuonna perintein PV lajitapaaminen oli 14.2.2025 jossa mukana Kaj Mattila sekä PV puolesta päätestaaja Roope Koskinen sekä lajivastaava Mikael Leinonen.

Elokuussa tämä yhteistyö jatkui, kun kahtena viikkona päävalmentaja osallistui Urheilukoulun leiripäiville Pajulahdessa. Päiviin kuului kahdet harjoitukset sekä luentoja, jotka käsittelivät maajoukkue toimintaa sekä lajin säännöstöä. Samalla yhtenä päivänä pidimme sääntöluennon, jonka jälkeen tuomarikokeen. Akseli Virta, Niko Sauvonsaari sekä Mikael Leinonen kaikki läpäisivätkin kokeen.



Toimintavuoden aikana valiokunta kokoontui Teams kokouksiin tarvittaessa ja maajoukkueleirillä koko valiokunta oli käytännön työn merkeissä yhdessä. Toimintavuoden aikana aloitettiin ns. seuravierailut. Mats Finne kävi Kankaanpäässä viemässä liiton viestiä seurataapaamiseen ja siellä olikin vilkasta keskustelua lajin ja liiton asioista.

## 5.2 Tuomarikoulutus

Tuomarivaliokunnan puheenjohtajana kaudella 2025 toimi Margetta Salminen sekä jäsenenä Mika Honkaniemi, Tero Hyttinen, Kaj Mattila sekä lisäksi tiedottaja Ville Niskanen ja toiminnanjohtaja Jarkko Saapunki (12.11.2025 asti).

Tuomarivaliokunta on pitänyt tarpeen mukaan keskusteluja sähköpostitse/whatsapp ryhmässä liittyen lähetettyihin kysymyksiin, tuomarityöskentelyyn, varusteisiin, voimanostosääntöihin ym. Lyhyitä tietoisuuksia julkaistiin kuukausittain tuomaritoiminnan ja voimanostoliiton facebookissa sekä liiton nettisivulla. Facebookissa olevassa suljetussa ryhmässä Voimanoston tuomaritoiminta svnl on jäseniä tällä hetkellä 230. Ryhmässä käsitellään tuomaritoimintaa sekä voimanoston sääntöihin liittyviä asioita. Ryhmä toimii hyvin nopeana tiedotusvälineenä tuomareille. Uudet tuomarit kutsutaan ryhmään.

Tuomarivaliokunta ylläpitää erilaisia tilastoja tuomareista ja seuraa tuomareiden aktiivisuutta. Päivitettyjä tilastoja julkaistaan säännöllisin väliajoin liiton kotisivulla ja facebookin tuomaritoiminta svnl ryhmässä. Suomen Voimanostoliiton tuomarit 2025: 10 (1 nainen) kansainvälistä I luokan, 13 (4 naista) kansainvälistä II luokan, 47 (10 naista) kansallisen I luokan ja 174 (52 naista) kansallisen II luokan tuomaria. Kansallisten tuomareiden keski-ikä on 49,5 vuotta ja kansainvälisten tuomareiden 55 vuotta.

### Tuomarikoulutusta ja kansallisia tuomarikoikeita

Nordic Powerin Aki Kangasjärvi suoritti hyväksytysti kansallisen I luokan tuomarikokeen Tammissaarella nuorten klassisen voimanoston SM kilpailuissa 31.1.2025. Kokeen valvoi Margetta Salminen, Int Cat I. Pietarsaaren Voimailijoiden Johanna Enkvist suoritti 1.2.2025 kansallisen I luokan tuomarikokeen hyväksytysti Tammissaaren nuorten klassisen voimanosto SM kilpailuissa. Kokeen valvoi Tero Hyttinen, Int Cat I. Etelä-Suomen Voimanostajat järjestivät 15.2.2025 Pornaisissa kansallisen II luokan tuomarikoulutuksen ja -kokeen. Tuomarikokeen suorittivat hyväksytysti: Helena Rehnberg ja Elviira Jokivirta, Etelä-Suomen Voimanostajat, Kirsi Lehmskanta, Nummelan Iron Lifters, Ulpu Puhakka, Ulpustudion Myötäote ja Terhi Laine, Tampereen Voimanostajat. Ei hylättyjä. Tuomarikoulutuksen piti ja kokeen valvoi Kaj Mattila, Int Cat I.

Savon Voima Veikot järjesti 1.3.2025 Mikkeliissä kansallisen II luokan tuomarikoulutuksen ja -kokeen. Tuomarikokeen suorittivat hyväksytysti: Joel Rautiainen ja Joonas Mikkonen, Savonlinnan Jyry, Jyrki Haikama, Team FPC Gym, Ari Lahtonen, Jyväskylän Voimaklubi, Heikki Vehmas ja Anu Nousiainen, Mikkelin Voimailijat, Iiro Riekkinen ja Sanna Venäläinen, Savon Voima Veikot. 2 hylättyä. Tuomarikoulutuksen piti ja kokeen valvoi Margetta Salminen, Int Cat I.

Perinteinen Tuomariklinikka järjestettiin 10. kerran 13.4.2025 ennen liiton kevätkokousta. Koulutus pidettiin Teamsin välityksellä ja paikalla oli noin 40 henkilöä.

Pajulahden urheilujoukoissa järjestettiin voimanoston kansallisen II luokan tuomarikoulutus ja -koe 16.7.2025. Kokeen läpäisivät hyväksytysti Niko Sauvonsaari, Espoon Voimailijat, Akseli Virta, Oasis Strength Club ja Tommi Leinonen, Etelä-Suomen Voimanostajat. Tuomarikoulutuksen piti ja kokeen valvoi Kaj Mattila, Int Cat I. Ämmän Voima järjesti kansallisen II luokan tuomarikoulutuksen ja -kokeen 16.8.2025 Suomussalmella. Ämmän Voimasta tuomarikokeen suorittivat hyväksytysti Riikka Kempainen, Reijo Nissi ja Vesa Kovalainen. Tuomarikoulutuksen piti ja kokeen valvoivat Tero Hyttinen, Int Cat I.

Oulun Power Teamin Sami Siltala suoritti 9.11.2025 kansallisen I luokan tuomarikokeen hyväksytysti Rovaniemellä klassisen voimanoston SM-kilpailuissa. Kokeen valvoi Tero Hyttinen, Int Cat I. Helsingin Poliisi-Voimailijoista Pauliina Suomela suoritti 15.11.2025 hyväksytysti kansallisen I luokan tuomarikokeen Porissa masters klassisen voimanoston SM kilpailuissa. Kokeen valvoi Margetta Salminen, Int Cat I.

Toivo Alarautalahti, Porin Voimailijat -81, suoritti 16.11.2025 Porissa masters klassisen voimanoston SM-kilpailuissa hyväksytysti kansallisen I luokan tuomarikokeen. Kokeen valvoi Mika Honkaniemi, Int Cat I. Sibbo-Vargarnan kansallisen II luokan tuomarikoulutuksessa 15.12.2025 Pornaisissa tuomarikokeen suorittivat hyväksytysti: Johnny Aspelin, Pekka Nykänen, Lars Lampinen, Ben Olenius, Eetu Alatalo ja Erika Lindström. Kokeen valvoi Kaj Mattila, Int Cat I.

### **Vuoden 2025 tuomarin valinta**

Vuoden 2025 tuomariksi valittiin Timo Rukkila.

## **6. KANSAINVÄLINEN TOIMINTA**

### ***Kansainväliset kilpailut ja niihin osallistuneet kansainväliset tuomarit:***

Suomen Voimanostoliiton puheenjohtaja **Tero Hyttinen, Int Cat I**, toimii EPF:n hallituksen jäsenenä kuluvalle kaudella 2023 – 2027 sekä toimii EPF:n kilpailusihteerinä.

Mervi Sirkiä, Int Cat II: Kansainvälisen Voimanostoliiton (IPF) Entourage komitean (Entourage committee) jäsenenä. Sirkiä toimii myös EPF:n kilpailuiden kuuluttajana.

Klassisen voimanoston EM-kilpailut, masters, 9 - 16.2.2025, Albi, Ranska; tuomareina Tero Hyttinen, Mervi Sirkiä ja Jarmo Arvaja.

Klassisen voimanoston EM-kilpailut, avoin 18 - 23.3.2025, Malaga, Espanja; tuomarina Tero Hyttinen. Varustevoimanoston EM-kilpailut, kaikki, 1 - 11.5.2025, Plzen, Tšekki; tuomarina Seija Skogman. Penkkipunnerruksen MM-kilpailut klassinen ja varuste, kaikki, 17 - 25.5.2025, Drammen, Norja; tuomarina Kaj Mattila.

Klassisen ja varustevoimanoston Länsi-Euroopan mestaruuskilpailut, 12 - 14.9.2025, Pornainen, Suomi; tuomareina Mika Honkaniemi, Tero Hyttinen, Jari Laine, Ilkka Seppälä ja Ville Orasmaa. Pomarkun Pyryn Marjaana Vähäsantanen suoritti 13.9.2025 kilpailussa kansainvälisen II luokan tuomarikokeen.

Nuorten PM-kilpailut 12 - 14.9.2025 Islanti; tuomareina Matti Rajaniemi ja Johan Westerberg. Klassisen ja varustepenkkipunnerruksen EM-kilpailut, kaikki, 22 - 28.9.2025 Valetta, Malta; tuomareina Margetta Salminen ja Tero Hyttinen.

Klassisen ja varustevoimanoston MM-kilpailut, Juniorit ja Sub-Juniorit, 29.8. - 7.9.2025, San Jose, Costa Rica; tuomarina Harri Hagfors.

Klassisen ja varustevoimanoston MM-kilpailut, 12 – 19.10.2025, Cape Town, Etelä-Afrikka; tuomarina Timo Heiskanen.

Varustevoimanoston MM-kilpailut, avoin, 10 – 16.11.2025, Cluj Napoca, Romania; tuomareina Kaj Mattila ja Seppo Sohlman.

Klassisen voimanoston EM-kilpailut, Nuoret, 30.11. – 7.12.2025, Druskininkai, Liettua; tuomarina Mika Honkaniemi.

## ***Suomeen myönnetyt arvokilpailut:***

Suomelle on myönnetty järjestettäväksi Euroopan Mastersien klassisen voimanoston mestaruuskilpailut 8. – 15.2.2026 sekä Nuorten Pohjoismaiden mestaruuskilpailut 11. – 13.9.2026.

## ***Kansainvälisissä tehtävissä ovat toimineet:***

Liittoa/Suomea edustavat kansainvälisissä järjestötehtävissä:

**Tero Hyttinen**, IntCat I: Euroopan Voimanostoliiton (EPF) hallituksen jäsen ja mestaruuskilpailusihteerinä 1.5.2023 alkaen, Pohjoismaiden Voimanostoliiton (NPF) hallituksen jäsen

**Mervi Sirkiä**, IntCat II: Kansainvälisen Voimanostoliiton (IPF) Entourage komitean (Entourage committee) jäsen. Sirkiä toimii myös kansainvälisten kilpailuiden kuuluttajana EPF:n kuuluttajapoolissa.

## ***Muu kansainvälinen toiminta:***

EPF:n yleiskokous pidettiin Espanjan Malagassa 19.3.2025, missä Suomea edusti liiton puheenjohtaja Tero Hyttinen. IPF:n yleiskokous ja ylimääräinen yleiskokous olivat 11.6.2025 Saksan Chemnitzissä, missä liittoa edusti etäyhteydellä liiton puheenjohtaja Tero Hyttinen samoin kuin 22.9.2026 järjestetyssä ylimääräisessä yleiskokouksessa. NPF:n yleiskokousta pidettiin Islannissa 11.9.2025, missä Suomea edusti Teemu Ahtiainen.

## **7. TALOUS**

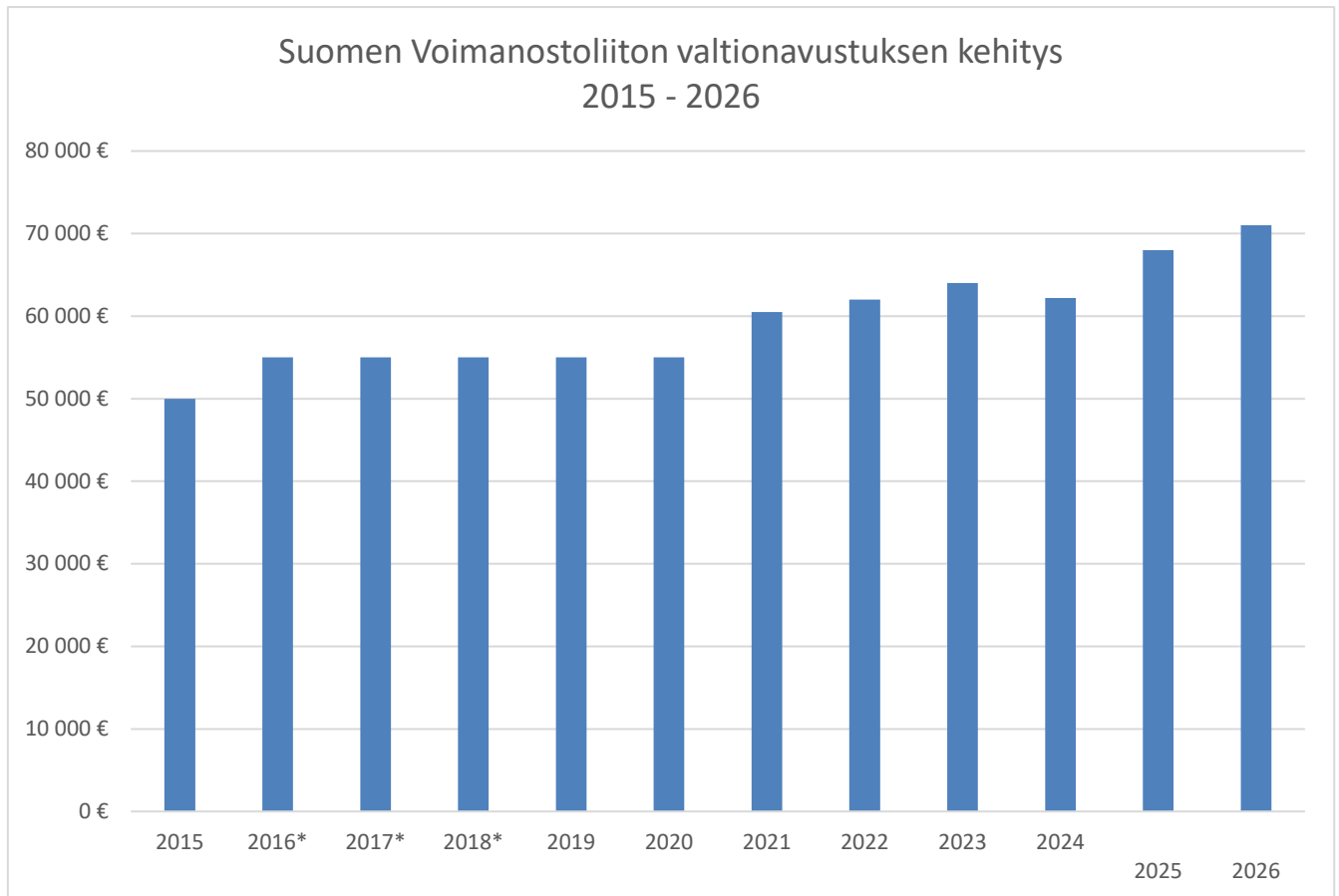
Kertomusvuodelta laadittu tilinpäätös osoittaa 1 909,16 euron ylijäämää, joka on kirjattu lisäyksenä liiton omaan pääomaan.

Lisenssituotot olivat kertomusvuonna 121 117,18 euroa, jossa on vähennystä edelliseen vuoteen verrattuna 8 760,32 euroa. Jäsenmaksutuottoja saatiin kertomusvuonna 32 886,24 euroa. Liiton jäsenmaksun maksaneita seuroja oli vuoden lopussa 129 seuraa.

Valtion toiminta-avustusta liitto sai 68 000 euroa. Valtionavustus nousi edellisestä vuodesta 5 816 eurolla 62 184 eurosta. OKM teki toissa vuonna uudelleen arvioinnin lajiliittojen osalta mm. vastuullisuuskriteereiden osalta seuraavaksi neljäksi vuodeksi. Tämän ansiosta vuodelle 2026 liiton valtionapu nousi 71 000 euroon. Lisäksi asiaan vaikutti se, että OKM ei kohdistanut valtiontalouden säästöjä hallinnonalallaan lajiliittojen talouteen, kuten vuosi sitten oli vielä uhkana. Jatkossa joudutaan varautumaan mahdolliseen alenevaan valtionavustuksen kehitykseen, jos säästöpainet valtiontaloudessa entisestään kasvavat erityisesti seuraavalla hallituskaudella.

Valtionavun liitto sain vuosina 2016–2018 liikuntaa edistävänä järjestönä. Vuonna 2015 ja vuodesta 2019 alkaen uudelleen lajiliittona. Liiton valtionapu on lähtenyt kasvu-uralle vuodesta 2021, jolloin tehtiin valtionosuusuudistus. Lähtökohtaisesti tämä tarkoittaa sitä, että ei-olympialajeille valtionapu myönnetään samoilla kriteereillä kuin olympialajeille. Liiton saama valtionapu on kasvanut vuoden 2015 50 000 eurosta nykyiseen 71 000 euroon (+42,0 %) viimeisen 10 vuoden aikana.

## Suomen Voimanostoliiton valtionavustuksen kehitys 2015 - 2026



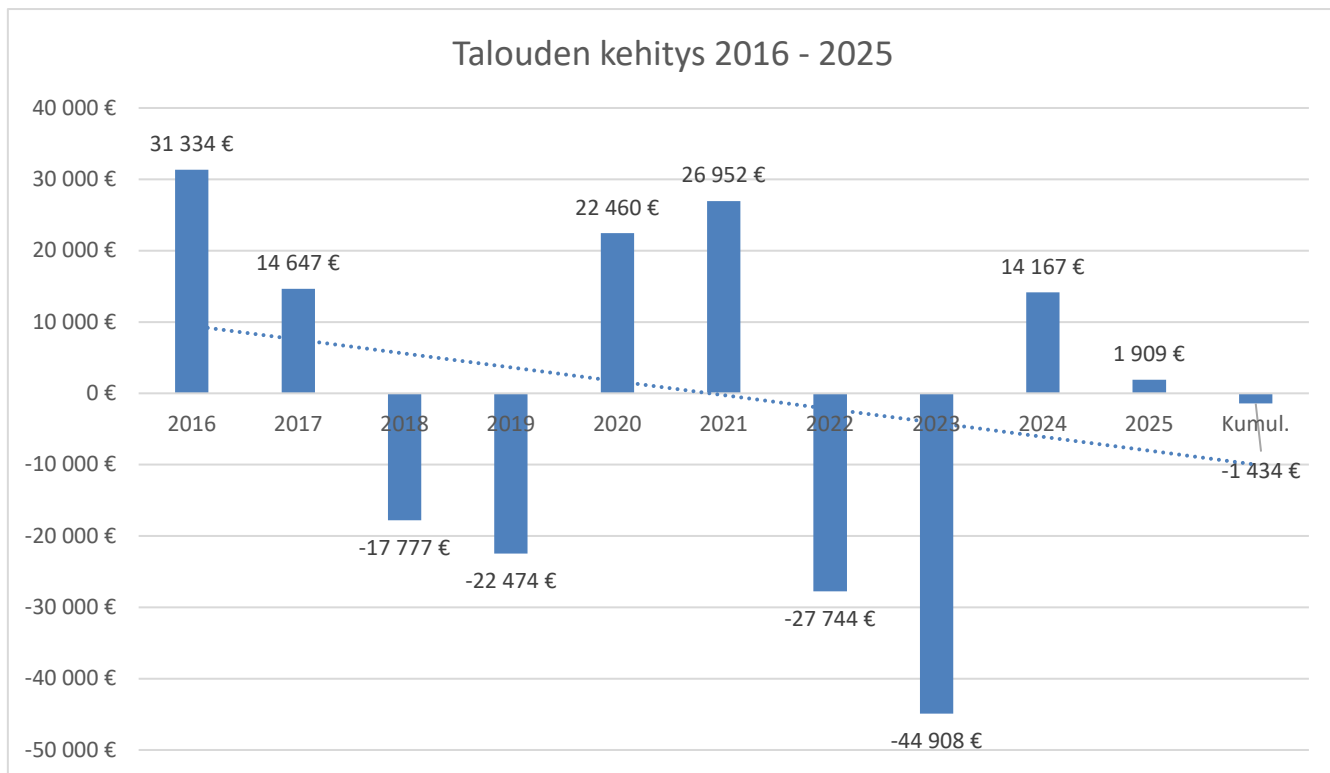
Kilpailutoiminnan kokonaiskulut olivat 392 609,36 euroa ja tuotot ilman lisenssituottoja olivat 332 725,10 euroa. Kilpailutoiminnan tappio oli 59 884,26 euroa. Kilpailutoiminnassa SM-kilpailuiden järjestämiseen liiton kustannukset ovat noin 6 000 euroa suuremmat kuin tulot. Lisäksi palkkioihin on kirjautunut noin 8 500 euroa SM-kisojen kuuluttamiseen, tekniikkaan sekä suoratoistoon liittyviä kuluja. SM-kisojen kokonaiskulut liitolle ovat siten lähes 15 000 euroa suuremmat kuin tulot.

Kertomusvuonna kansainvälisten kilpailujen osalta liiton nettokulut kasvoivat vuodesta 2024 noin 58 000 eurolla. Tässäkään ei ole huomioitu joukkueiden johtajien ja huoltajien palkkiokustannuksia, jotka ovat lisäksi noin 15 000 euroa. Kilpailutoiminnan osalta on kuitenkin huomioitava se, että kulurakenteeseen vaikuttaa myös se, missä kisoja on niin kotimaan kuin kansainvälisen toiminnan osalta.

Henkilöstökulut sosiaalikuluneen ja vakuutuksineen olivat 121 124,12 euroa eli noin 5 000,00 euroa suuremmat kuin edellisenä vuonna. Kulut johtuvat liiton toiminnanjohtajalle maksetuista palkoista sekä liiton maksetuista palkkioista syykokouksen päätöksen mukaisesti. Merkittävä osuus palkkioissa on myös kasvaneella kansainvälisellä toiminnalla.

Liiton talous edellyttää edelleen pitkän tähtäimen tasapainotusta, sekä tulopohjan vahvennusta, jotta varsinaisesta toiminnasta mm. maajoukkuetoiminnasta tai SM-kilpailuiden tasosta ei tarvitse tinkiä. Huomioiden yleinen kustannuskehitys tämä tarkoittaa nostopainetta liiton maksuihin. Lisäksi kansainvälisten liittojen edellyttämä lisääntyvä tuomaritoiminta tulee rahoittaa. Myös liiton palkkiot ovat jääneet jälkeen yleisestä palkkakehityksestä, mikä edellyttää korjaamista, jotta turvataan vapaaehtoisten saaminen mukaan toimintaan niin liiton yleisissä tehtävissä, SM-kisoissa kuin kansainvälisessä toiminnassa.

Liiton talous on saatu aiempien vuosien toimilla balanssiin lyhyellä tähtämellä, mutta se edellyttää edelleen hallituksen päätöksenteossa kurinalaista toimintaa huomioiden lisääntyvät paineet kansainvälisen toiminnan vaatimusten osalta.



## 8. KILPAILUTOIMINTA

Lisenssin lunastaneita urheilijoita liitossa oli 1 311 vuoden 2025 lopussa. Nuorten (14 ja 18 v.) 50 euron hintaisen lisenssin lunastaneita oli 149 (165 vuonna 2024). Nuorten määrissä on ollut jatkuvaa kasvua vuodesta 2017 alkaen vuoteen 2023 asti. Nyt se näyttäisi hivenen taittuneen kahtena viime vuotena. Alle 23-vuotiaiden ikäluokassa lisenssejä lunastettiin 179 (169). Avoimessa luokassa lunastettiin seitsemän lisenssiä vähemmän kuin vuotta aiemmin. Masters ikäluokassa oli lisäystä 62 lisenssin verran. Kokonaisuutena lisenssinostajien määrä nousi 49 henkilöllä.

### Lisenssien jakautuminen ikäluokittain vv. 2014 - 2025

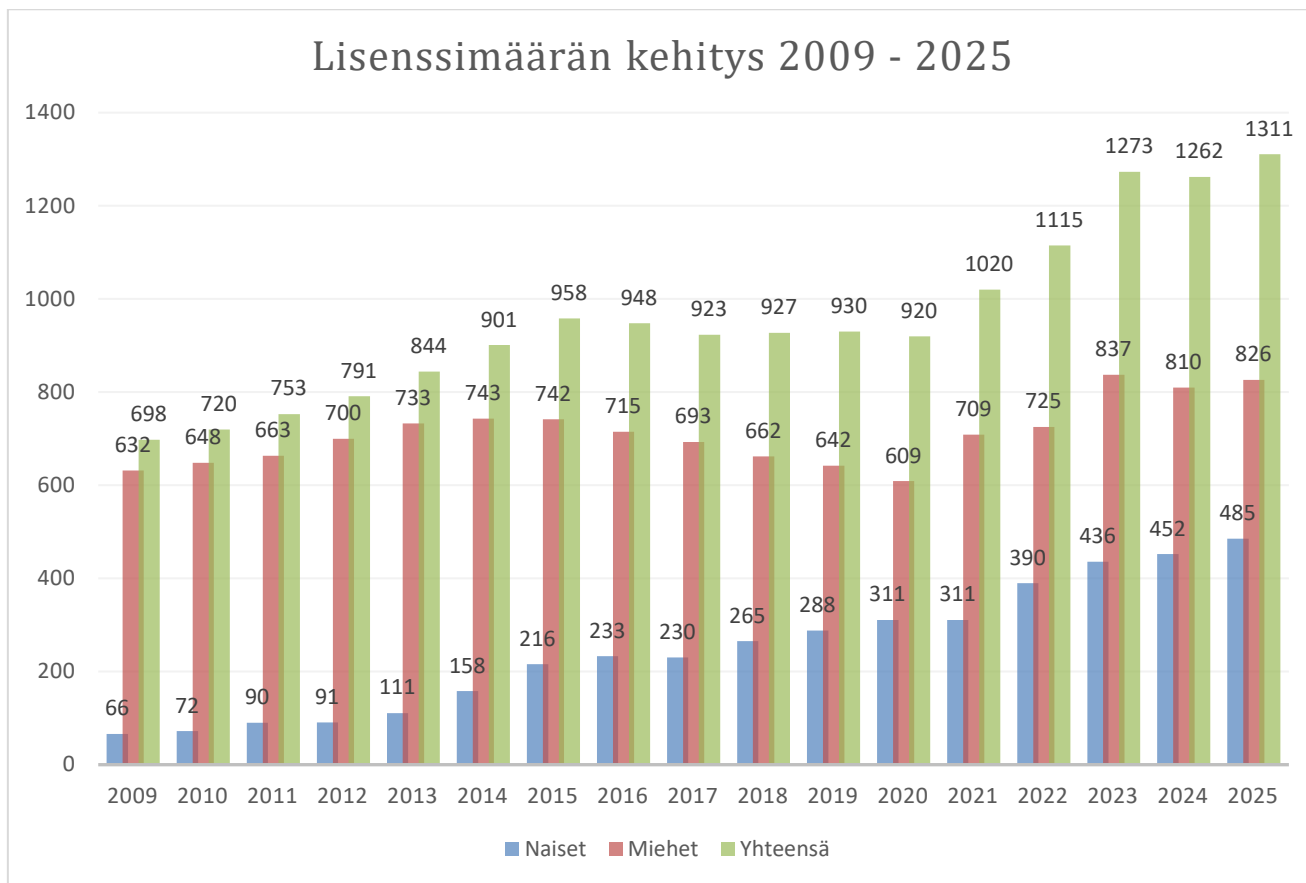
Ikäluokka	2025	2024	2023	2022	2021	2020	2019	2018	2017	2016	2015	2014
<b>14</b>	23	23	27	12	12	12	11	11	12	13	23	
<b>18*</b>	126	142	159	124	97	71	57	54	38	42	43	58
<b>20**</b>									71	68	87	93
<b>23</b>	179	169	155	145	117	111	102	112	76	90	86	82
<b>Avoim</b>	404	411	406	365	356	329	358	348	358	350	352	336
<b>40</b>	257	227	229	215	199	181	188	184	168	186	184	160
<b>50</b>	177	166	171	139	133	122	130	122	112	112	101	88
<b>60</b>	106	83	88	74	68	58	54	60	57	59	57	59
<b>70</b>	39	41	38	41	38	36	30	35	31	28	25	25
<b>Naisia</b>	485	452	436	390	311	311	288	265	230	233	216	158
<b>Miehiä</b>	826	810	837	725	709	609	642	662	693	715	742	743
<b>Yhteensä</b>	1311	1262	1273	1115	1020	920	930	927	923	948	958	901

\*) Vuoden 2017 loppuun asti alle 17-vuotiaiden sarja

\*\*\*) Ikäluokka lakkautettiin vuoden 2018 alusta

Merkille pantavaa on ollut viime vuosina miesten harrastuneisuuden elpyminen, mitä on edeltänyt harrastuneisuuden väheneminen vuodesta 2014 alkaen. Vuosina 2014–2020 miesten määrä kilpailutoiminnassa vähentyi 134 henkilöllä. Viime vuonna miesnostajien määrä nousi 16 henkilöllä. Vuoteen 2020 verrattuna on miesten määrä noussut 217 henkilöllä ja edelleen vuoden 2014 kilpailijoiden miesten määrään verrattuna 83 henkilöllä.

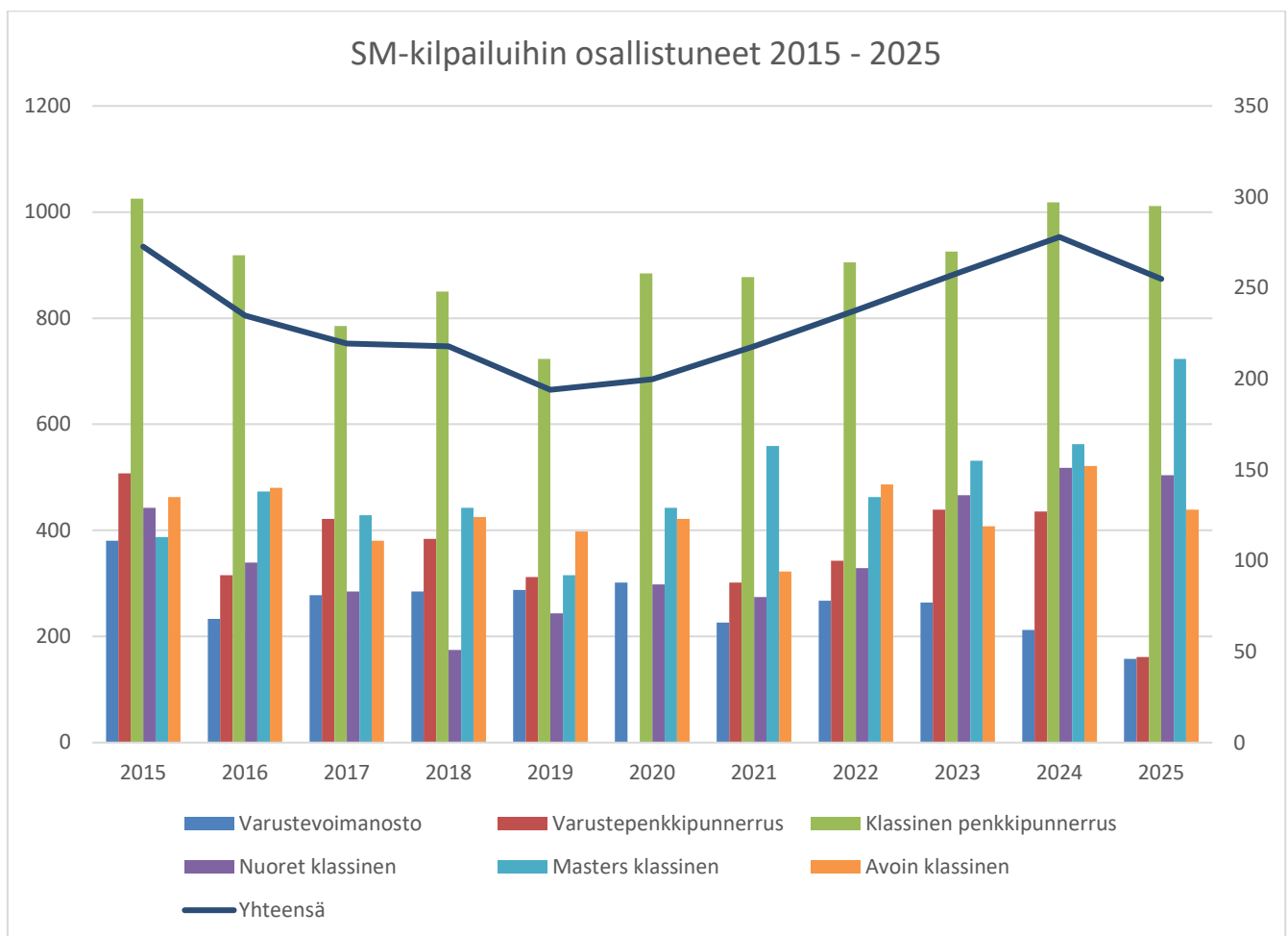
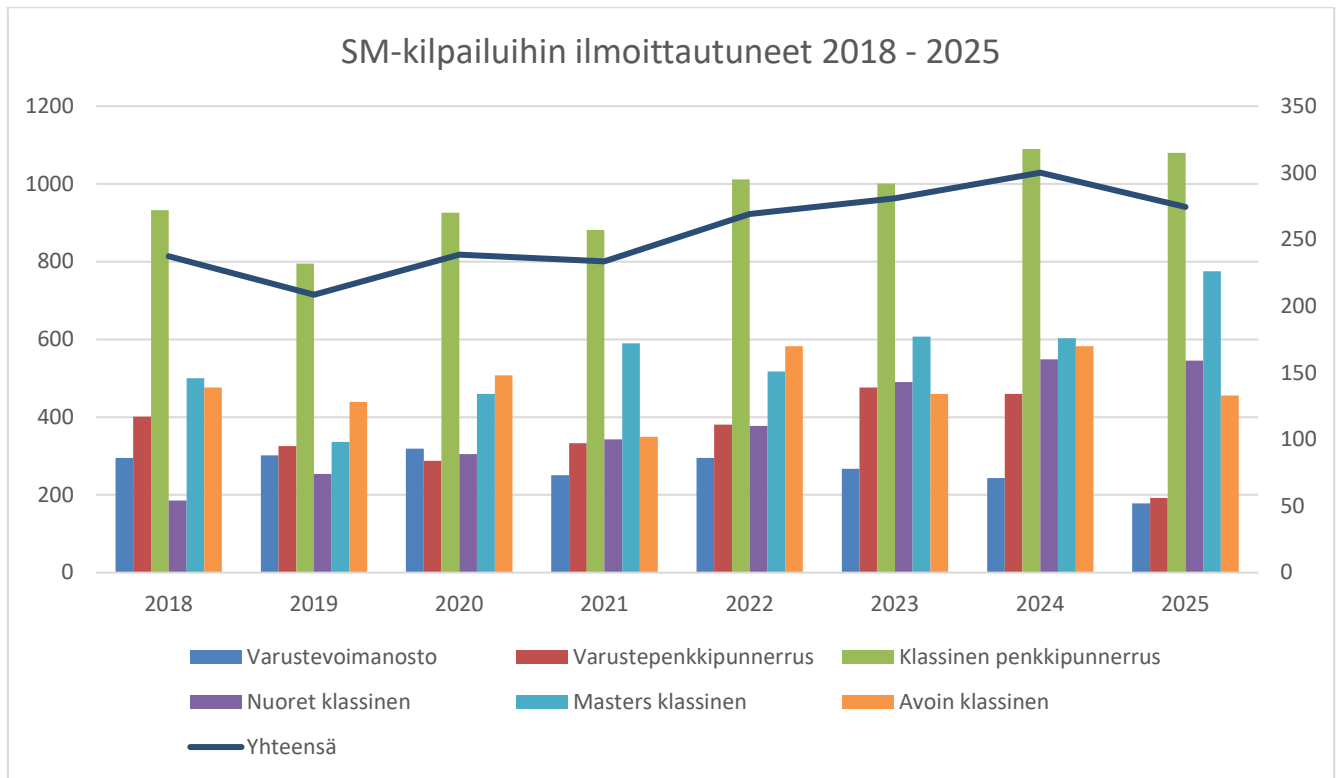
Vuonna 2025 naisten määrä lisääntyi edelleen 33 nostajalla. Erityisen merkittävää on ollut naisten määrän tasainen kasvu lajin kilpailemista harrastavien piirissä vuodesta 2009 lähtien.



Edelleen voidaan sanoa yleistrendinä olevan se, että laji on naisistunut ja nuortunut merkittävästi viimeisen 15 vuoden ajanjaksolla erityisesti klassisen voimanoston myötä vuodesta 2011 alkaen. Tätä kehitystä voidaan pitää hyvänä ja oikean suuntaisena mm liiton julkikuvan osalta. Vaikkakin viime vuonna kasvu tapahtui nimenomaisesti mastersikäisissä urheilijoissa. Vielä on kuitenkin liian aikaista sanoa, muotoutuuko siitä kuinka pitkäaikainen trendi. Tärkeää on kuitenkin, että kaikki harrastajat kokevat olevansa tervetulleita lajin pariin.



Kasuvat harrastajamäärä ovat näkyneet niin SM-kisoihin ilmoittautuneissa kuin niihin osallistuneissa urheilijoiden määrissä.



Vaikkakin SM-kisoja on pidetty jo erityisesti klassisen nostomuodon osalta hyvin raskaina viikonloppuina, on huomattava, että osallistuneiden määrä takaa osaltaan niin liitolle kuin järjestävälle seuralle riittävän taloudellisen resurssin kisojen järjestämiseen. Kansallisia voimanosto- ja penkkipunnerruskilpailuita järjestettiin viime vuonna 92 ja sitä edellisenä vuotena 94 kappaletta. Ennen Korona-aikaa kilpailuita oli noin 100 vuosittain.

**Klassinen voimanosto - 10 parasta IPF GL pisteissä, miehet:**

Sija	Nimi/Sv	Seura	Paino	YT	Pisteet	Pvm	Paikkakunta
1.	<u>Niko Lappi</u> / 02	JVK	104.45	882.5	<b>109.224</b>	26.07.2025	Hämeenlinna
2.	<u>Tuomas Hautala</u> / 92	LaPo	120.00	927.5	<b>107.818</b>	29.03.2025	Pietarsaari
3.	<u>Antti Kriikkula</u> / 91	MeVo	117.55	900.0	<b>105.572</b>	07.11.2025	Rovaniemi
4.	<u>Antti Savolainen</u> / 78	TNT	65.20	655.0	<b>102.765</b>	18.03.2025	Malaga
5.	<u>Anton Nykänen</u> / 03	RautU	80.89	728.0	<b>102.098</b>	31.01.2025	Tammisaari
6.	<u>Eino Järvisalo</u> / 98	TVN	119.64	875.0	<b>101.849</b>	07.11.2025	Rovaniemi
7.	<u>Jani Haapamäki</u> / 79	OPT	73.64	687.5	<b>101.188</b>	07.11.2025	Rovaniemi
8.	<u>Mikko Ronkainen</u> / 87	OPT	82.85	730.0	<b>101.144</b>	04.10.2025	Haukipudas
9.	<u>Väinö Leppäkoski</u> / 03	EV	104.70	812.5	<b>100.448</b>	26.07.2025	Hämeenlinna
10.	<u>Elmeri Kujala</u> / 03	OSC	73.39	678.5	<b>100.040</b>	31.01.2025	Tammisaari

**Klassinen voimanosto - 10 parasta IPF GL pisteissä, naiset:**

Sija	Nimi/Sv	Seura	Paino	YT	Pisteet	Pvm	Paikkakunta
1.	<u>Fanni Savela</u> / 01	OPT	62.95	504.0	<b>110.323</b>	26.07.2025	Hämeenlinna
2.	<u>Satu Pylväs</u> / 94	OPT	56.37	447.5	<b>105.854</b>	07.11.2025	Rovaniemi
3.	<u>Ellen Grönlund</u> / 00	S-V	74.70	530.0	<b>105.359</b>	18.03.2025	Malaga
4.	<u>Mira Lahtinen</u> / 87	SaJy	81.26	549.0	<b>105.075</b>	07.11.2025	Rovaniemi
5.	<u>Juuli Kostian</u> / 06	PyY	73.80	520.5	<b>104.088</b>	26.07.2025	Hämeenlinna
6.	<u>Oona Kujala</u> / 04	OPT	68.45	485.0	<b>100.930</b>	28.11.2025	Druskininkai
7.	<u>Jonna Alanko</u> / 86	YlöR	68.61	475.0	<b>98.720</b>	07.11.2025	Rovaniemi
8.	<u>Johanna Kankus-Mikkola</u> / 84	RanPe	68.48	473.0	<b>98.409</b>	07.11.2025	Rovaniemi
9.	<u>Olivia Kyösti</u> / 99	PV-81	51.97	388.5	<b>98.148</b>	14.06.2025	Pomarkku
10.	<u>Leena Saastamoinen</u> / 91	KiurU	75.58	490.0	<b>96.860</b>	07.11.2025	Rovaniemi

**Varustevoimanosto - 10 parasta IPF GL pisteissä, miehet:**

Sija	Nimi / SV	Seura	Paino	YT	Pisteet	Pvm	Paikkakunta
1.	<u>Matias Viiperi</u> / 94	NPower	82.80	900.0	<b>104.076</b>	04.01.2025	Hämeenlinna
2.	<u>Antti Savolainen</u> / 78	TNT	65.80	767.5	<b>103.025</b>	10.11.2025	Cluj-Napoca
3.	<u>Tomi Määttä</u> / 82	NPower	113.46	950.0	<b>93.889</b>	02.05.2025	Pilsen
4.	<u>Jussi Kangasvieri</u> / 87	NPower	108.00	875.0	<b>88.316</b>	02.05.2025	Pilsen
5.	<u>Santeri Helin</u> / 00	E-SV	121.80	900.0	<b>86.489</b>	04.01.2025	Hämeenlinna
6.	<u>Tarmo Lähdesmäki</u> / 85	KajKu	104.65	830.0	<b>84.966</b>	04.01.2025	Hämeenlinna
7.	<u>Markus Ahonen</u> / 90	VarpVi	117.65	860.0	<b>83.757</b>	03.05.2025	Varpaisjärvi
8.	<u>Toni Kuusi</u> / 83	TamRy	82.81	715.0	<b>82.677</b>	04.01.2025	Hämeenlinna
9.	<u>Ove Lehto</u> / 72	ÄKK	146.35	900.0	<b>81.406</b>	03.05.2025	Maarianhamina
10.	<u>Kaj Mattila</u> / 70	E-SV	112.11	770.0	<b>76.480</b>	04.01.2025	Hämeenlinna

**Varustevoimanosto - 10 parasta IPF GL pisteissä, naiset:**

Sija	Nimi / SV	Seura	Paino	YT	Pisteet	Pvm	Paikkakunta
1.	<u>Olivia Kyösti</u> / 99	PV-81	51.85	475.0	<b>96.929</b>	02.05.2025	Pilsen
2.	<u>Sofia Räihä</u> / 01	OPT	62.95	518.0	<b>93.559</b>	12.09.2025	Pornainen
3.	<u>Janika Silvennoinen</u> / 89	LIKE	62.87	513.0	<b>92.723</b>	12.09.2025	Pornainen
4.	<u>Mari Ukkonen</u> / 90	JuPu	54.59	425.0	<b>83.763</b>	12.09.2025	Pornainen
5.	<u>Ninni Kopola</u> / 07	SiSi	62.75	457.5	<b>82.782</b>	25.08.2025	San Jose
6.	<u>Emma Honkonen</u> / 06	JVK	61.49	437.5	<b>80.093</b>	25.08.2025	San Jose
7.	<u>Essi Närvä</u> / 09	PomPy	67.17	457.5	<b>79.749</b>	25.08.2025	San Jose
8.	<u>Emilia Haataja</u> / 96	So-Vi	102.71	540.0	<b>79.319</b>	02.05.2025	Pilsen
9.	<u>Nina Honka</u> / 72	TVN	55.88	408.0	<b>79.200</b>	04.01.2025	Hämeenlinna
10.	<u>Eerika Palosaari</u> / 05	RK	61.76	430.0	<b>78.520</b>	04.01.2025	Hämeenlinna

**Klassinen penkkipunnerrus - 10 parasta IPF GL pisteissä, miehet:**

Sija	Nimi / SV	Seura	Paino	YT	Pisteet	Pvm	Paikkakunta
1.	<u>Joni Tajakka</u> / 92	OPT	104.95	242.5	<b>108.607</b>	18.05.2025	Drammen
2.	<u>Anton Nykänen</u> / 03	RautU	82.04	211.5	<b>106.871</b>	18.05.2025	Drammen
3.	<u>Antti Kriikkula</u> / 91	MeVo	117.55	235.0	<b>100.028</b>	07.11.2025	Rovaniemi
4.	<u>Simo Sistonen</u> / 83	Team365	118.70	227.5	<b>96.429</b>	22.09.2025	Valetta
5.	<u>Topias Huhtamäki</u> / 98	HuiVo	81.95	190.0	<b>96.061</b>	17.05.2025	Hämeenlinna
6.	<u>Mikko Nuolioja</u> / 94	TVN	92.15	200.0	<b>95.317</b>	26.04.2025	Tampere
7.	<u>Tuomas Hautala</u> / 92	LaPo	119.10	225.0	<b>95.231</b>	26.07.2025	Hämeenlinna
8.	<u>Jani Haapamäki</u> / 79	OPT	73.37	175.0	<b>93.753</b>	17.01.2025	Littoinen
9.	<u>Janne Jääskeläinen</u> / 82	FPC	135.78	232.5	<b>93.232</b>	18.05.2025	Drammen
10.	<u>Antti Hakamäki</u> / 05	PV-81	92.93	195.5	<b>92.787</b>	14.06.2025	Pomarkku

**Klassinen penkkipunnerrus - 10 parasta IPF GL pisteissä, naiset:**

Sija	Nimi / SV	Seura	Paino	YT	Pisteet	Pvm	Paikkakunta
1.	<u>Johanna Laitinen</u> / 86	TNT	111.74	155.0	<b>110.598</b>	17.01.2025	Littoinen
2.	<u>Fanni Savela</u> / 01	OPT	62.95	123.0	<b>102.683</b>	26.07.2025	Hämeenlinna
3.	<u>Mira Lahtinen</u> / 87	SaJy	81.26	135.0	<b>101.595</b>	07.11.2025	Rovaniemi
4.	<u>Jenni Henriksson</u> / 92	TurSa	55.17	107.5	<b>97.959</b>	18.05.2025	Drammen
5.	<u>Annina Luotonen</u> / 86	PLP	138.98	137.5	<b>96.981</b>	07.11.2025	Rovaniemi
6.	<u>Juuli Kostian</u> / 06	PyY	73.80	117.0	<b>90.799</b>	26.07.2025	Hämeenlinna
7.	<u>Ellen Grönlund</u> / 00	S-V	75.86	117.5	<b>90.306</b>	07.11.2025	Rovaniemi
8.	<u>Leena Saastamoinen</u> / 91	KiurU	82.43	120.0	<b>89.960</b>	17.01.2025	Littoinen
9.	<u>Johanna Kuronen</u> / 88	LVK team	51.13	92.5	<b>89.918</b>	18.05.2025	Drammen
10.	<u>Pauliina Suomela</u> / 76	HPV	74.65	115.0	<b>88.879</b>	22.09.2025	Valetta

**Varustepenkkipunnerrus - 10 parasta IPF GL pisteissä, miehet:**

Sija	Nimi / SV	Seura	Paino	YT	Pisteet	Pvm	Paikkakunta
1.	<u>Markus Ahonen</u> / 90	VarpVi	119.75	340.0	<b>100.094</b>	22.09.2025	Valetta
2.	<u>Matias Viiperi</u> / 94	NPower	89.01	287.5	<b>97.654</b>	12.07.2025	Sotkamo
3.	<u>Antti Savolainen</u> / 78	TNT	65.80	200.0	<b>87.048</b>	10.11.2025	Cluj-Napoca
4.	<u>Ove Lehto</u> / 72	ÅKK	146.35	310.0	<b>86.286</b>	03.05.2025	Maarianhamina
5.	<u>Petteri Laurikainen</u> / 69	E-IT	91.91	250.0	<b>83.267</b>	18.05.2025	Drammen
6.	<u>Mikko Tiensuu</u> / 78	TamRy	119.40	282.5	<b>83.252</b>	22.09.2025	Valetta
7.	<u>Tomi Määttä</u> / 82	NPower	115.10	275.0	<b>82.143</b>	10.11.2025	Cluj-Napoca
8.	<u>Jani Haapamäki</u> / 79	OPT	73.80	210.0	<b>81.968</b>	22.09.2025	Valetta
9.	<u>Santtu Turunen</u> / 95	JVK	103.55	260.0	<b>81.260</b>	22.09.2025	Valetta
10.	<u>Kenneth Sandvik</u> / 75	ÅKK	135.35	277.5	<b>78.691</b>	22.09.2025	Valetta

**Varustepenkkipunnerrus - 10 parasta IPF GL pisteissä, naiset:**

Sija	Nimi / SV	Seura	Paino	YT	Pisteet	Pvm	Paikkakunta
1.	<u>Leena Saastamoinen</u> / 91	KiurU	80.08	170.0	<b>90.502</b>	17.05.2025	Kiuruvesi
2.	<u>Maria Moilanen</u> / 96	VarpVi	83.75	168.0	<b>87.814</b>	05.04.2025	Ämmänsaari
3.	<u>Helena Rehnberg</u> / 79	E-SV	153.20	185.0	<b>84.919</b>	22.09.2025	Valetta
4.	<u>Anna-Eveliina Partanen</u> / 88	JuPu	69.10	147.5	<b>84.329</b>	30.08.2025	Kuopio
5.	<u>Marcela Sandvik</u> / 74	ÅKK	51.62	120.0	<b>83.662</b>	18.05.2025	Drammen
6.	<u>Milla Haapamäki</u> / 06	OPT	68.55	145.0	<b>83.264</b>	22.09.2025	Valetta
7.	<u>Maria Karjalainen</u> / 90	JoPuPo	60.10	132.5	<b>82.443</b>	12.07.2025	Sotkamo
8.	<u>Olivia Kyösti</u> / 99	PV-81	51.85	117.5	<b>81.619</b>	02.05.2025	Pilsen
9.	<u>Eerika Palosaari</u> / 05	RK	62.98	135.0	<b>81.486</b>	18.05.2025	Drammen
10.	<u>Ninni Kopola</u> / 07	SiSi	62.85	125.5	<b>75.850</b>	22.11.2025	Kokkola

## **SUOMEN MESTARIT VUONNA 2025**

### **Varustepenkkipunnerruksen SM-kilpailut, kaikki ikäluokat 3.1.2025, Hämeenlinna, LIKE**

Sarja	Nimi	Seura	Tulos
N18	Ninni Kopola	SiSi	63,42 p
N23	Riina Hartikainen	EV	61,46 p
N	Helena Rehnberg	E-SV	84,05 p
N40	Janika Kivelä	KoJy	55,23 p
N50	Joanna Linna	JP 2000	59,27 p
M18	Jyrki Lehtonen	E-SV	32,23 p
M23	Veeti Karhu	TVN	48,69 p
M	Hermann Järvenpää	PomPy	75,48 p
M40	Mikko Tiensuu	TamRy	70,08 p
M50	Petteri Laurikainen	E-IT	81,82 p
M60	Stig-Erik Björkqvist	NyKK	66,21 p
M70	Harri Tirronen	JoPuPo	51,50 p

### **Varustevoimanosto, kaikki ikäluokat, 4. – 5.1.2025, Hämeenlinna, LIKE**

Sarja	Nimi	Seura	JK	PP	MN	YT
<b>N18</b>	Ninni Kopola	SiSi	167,5	105,0	137,5	410,0
<b>N23</b>	Eerika Palosaari	RK	160,0	130,0	140,0	430,0
<b>N</b>	Sofia Räihä	OPT	205,5	122,5	185,0	513,0
<b>N50</b>	Nina Honka	TVN	155,0	85,0	168,0	408,0
<b>N60</b>	Seija Skogman	E-SV	110,0	90,0	100,0	310,0
<b>M18</b>	Jyrki Lehtonen	E-SV	150,0	82,5	160,0	392,5
<b>M23</b>	Hermann Järvenpää	PomPy	185,0	242,5	230,0	657,5
<b>M</b>						
74,0	Antti Savolainen	TNT	288,5	185,0	303,5	777,0
83,0	Matias Viiperi	NPower	337,5	267,5	295,0	900,0
93,0	Harri Hagfors	MY-Power	100,0	55,0	100,0	255,0
105,0	Tarmo Lähdesmäki	KajKu	330,0	220,0	280,0	830,0
120,0	Jussi Kangasvieri	NPower	330,0	220,0	305,0	855,0
120+	Santeri Helin	E-SV	345,0	220,0	335,0	900,0
<b>M40</b>	Toni Kuusi	TamRy	255,0	215,0	245,0	715,0
<b>M50</b>	Kaj Mattila	E-SV	300,0	225,0	245,0	770,0
<b>M60</b>	Kari Räihä	OPT	205,5	105,0	232,5	543,0
<b>M70</b>	Antero Juntunen	ÄmVoima	190,0	92,5	225,5	508,0

### **Klassinen penkkipunnerrus, 17. – 19.1.2025, Littoinen, RAV**

Sarja	Nimi	Seura	Tulos
<b>M70</b>			
66,0	Seppo Flink	HartVo	75,0

74,0	Juhani Rasilainen	TiKa	115,0
83,0	Harri Nurmi	RAV	95,0
93,0	Kari Hollsten	RAV	120,0
105,0	Harri Tirronen	JoPuPo	160,0

#### M60

66,0	Juha Kujala	RAV	100,0
74,0	Erkki Rajala	PV	160,0
83,0	Harri Vahtolammi	TVN	156,0
93,0	Pentti Pitkänen	SVV	170,5
105,0	Petri Ekman	HVV	150,0
120,0	Jarmo Putkonen	KesU	145,0
120+	Juha Paimen	LaPo	142,5

#### M50

66,0	Petri Niemi	TVN	110,0
74,0	Janne Palmu	FPC	135,0
83,0	Mikko Fasse	OPT	130,0
93,0	Petri Väikkynen	LVK team	160,0
105,0	Jussi Kuusikko	ViitVi	187,5
120,0	Janne Jämsä	TVN	192,5
120+	Kimmo Leppänen	Team365	185,0

#### M40

59,0	Juha Matti Englund	RAYVO	100,0
66,0	Tapio Peltokangas	LaPo	130,0
74,0	Marko Tuomainen	Huima	142,5
83,0	Jari Kaarnais	E-VO	155,0
93,0	Timo Ihanus	IdVo	180,0
105,0	Niko-Mikael Syri	KoJy	187,5
120,0	Simo Sistonen	Team365	205,0
120+	Ben Olenius	S-V	210,0

#### M

59,0	Juha Matti Englund	RAYVO	100,0
66,0	Artturi Verho	LVK team	135,0
74,0	Jani Haapamäki	OPT	175,0
83,0	Anton Nykänen	RautU	201,5
93,0	Mikko Nuolioja	TVN	197,5
105,0	Joni Tajakka	OPT	233,0
120,0	Simo Sistonen	Team365	217,5
120+	Antti Tommila	PomPy	235,0

#### M23

66,0	Artturi Kiuru	HuiVo	132,5
74,0	Elmeri Kujala	OSC	152,5
83,0	Anton Nykänen	RautU	201,0
93,0	Antti Hakamäki	PV-81	192,5
105,0	Hermann Järvenpää	PomPy	190,0
120,0	Ossi Rantala	PTVAK	162,5
120+	Jesse Miettinen	JuPu	140,0

#### M18

59,0	Valtteri Lavikainen	LVK team	95,0
66,0	Tyrsky Reunanen	HAK	135,0
74,0	Benjamin Rinne	RAV	110,0
83,0	Alexander Björkqvist	NyKK	142,5
93,0	Iivari Sakkinen	TamRy	155,0
105,0	Lenni Oinonen	ViVo	155,0

<b>M14</b>	Julius Virtanen	KaVo	65,0
<b>N70</b>	Liisa Tiensuu-Hirvonen	E-IT	59,0
<b>N60</b>	Merja Malin	HAK	60,0
<b>N50</b>			
52,0	Katja Ronkainen	E-SV	47,5
57,0	Mervi Sirkiä	TNT	65,0
63,0	Pirita Ruusulaakso	PV-82	80,0
69,0	Satu Sarpola	OPT	91,0
76,0	Tiina Voho	KoJy	102,5
84,0	Tutta Mattsson	MaxPower	95,0
84+	Susan Sinimäki	PTVAK	85,0
<b>N40</b>			
52,0	Henna Niikko-Pirhonen	IdVo	55,0
57,0	Anne Heikkilä	RAV	80,0
63,0	Niina Köninki	APW	95,0
69,0	Mari Engberg	LVK team	90,0
76,0	Pauliina Suomela	HPV	111,0
84,0	Jessica Sinikoski	KoJy	95,0
84+	Anne Kekäläinen	JuPu	105,0
<b>N</b>			
57,0	Jenni Henriksson	TurSa	97,5
63,0	Fanni Savela	OPT	115,0
69,0	Mari Engberg	LVK team	107,5
76,0	Pauliina Suomela	HPV	112,5
84,0	Mira Lahtinen	SaJy	130,0
84+	Johanna Laitinen	TNT	155,0
<b>N23</b>			
52,0	Riina Hartikainen	EV	62,5
57,0	Sara-Sofia Väliiviita	PomPy	75,0
63,0	Milla Haapamäki	OPT	90,0
69,0	Juuli Kostian	PyY	102,5
76,0	Sohvi Mikkonen	ViNo	87,5
84,0	Jenna Laitinen	FPC	105,0
<b>N18</b>			
57,0	Jenna Tarvainen	PomPy	72,5
63,0	Ninni Kopola	SiSi	82,5
69,0	Essi Närvä	PomPy	85,0
76,0	Lyyli-Maria Malinen	Sawo	87,5
84+	Lyydia Leskinen	IdVo	75,0
<b>N14</b>	Miisa Rantala	PTVAK	40,0

### **Klassinen voimasto, nuoret, 31.1. – 2.2.2025, Tammisaari, KKEken**

Sarja	Nimi	Seura	JK	PP	MN	YT
<b>N14</b>	Emma Salmio	PomPy	97,5	52,5	107,5	257,5
<b>N18</b>						
47,0	Nicole Englund	HPT	80,0	40,0	92,5	212,5
52,0	Senni Tanski	AVo	90,0	42,5	107,5	240,0

57,0	Jenna Tarvainen	PomPy	115,0	80,0	137,5	332,5
63,0	Siri Nybäck	NyKK	115,0	70,0	115,0	300,0
69,0	Essi Närvä	PomPy	137,5	8,0	155,0	372,5
76,0	Seela Kallio	KoJy	112,5	67,5	125,0	305,0
84+	Lyydia Leskinen	IdVo	172,5	75,0	175,0	422,5
<b>N23</b>						
52,0	Milla Hautamäki	PyY	115,0	52,5	132,5	300,0
57,0	Ronja Ruti	RautU	125,0	70,0	150,0	345,0
63,0	Jenni Kahri	MeVo	145,0	85,0	160,0	390,0
69,0	Juuli Kostian	PyY	172,5	110,0	185,0	467,5
76,0	Janette Ylisoini	KeBo	185,0	85,0	190,0	460,0
84,0	Nina Heikkinen	PV	202,5	95,0	185,0	482,5
84+	Janna Huuho	PaPu	170,0	95,0	180,0	445,0
<b>M14</b>	Julius Virtanen	KaVo	100,0	65,5	125,0	290,5
<b>M18</b>						
53,0	Heikki Majamaa	MaxPower	100,0	55,0	125,0	280,0
59,0	Valtteri Lavikainen	LVK team	115,0	97,5	172,5	385,0
66,0	Valtteri Kivimäki	OPT	18,0	102,5	235,0	517,5
74,0	Miska Haukka	OpLi	200,0	125,0	230,0	555,0
83,0	Filip Strand	ÅKK	217,5	127,5	270,0	615,0
93,0	Lassi Mäntyniemi	E-SV	212,5	127,5	247,5	587,5
105,0	Lenni Oinonen	ViVo	235,0	152,5	250,0	637,5
120,0	Eero Ruokoski	PomPy	250,0	130,0	245,0	625,0
<b>M23</b>						
66,0	Topi Toivola	NPower	170,0	125,0	227,5	522,5
74,0	Elmeri Kujala	OSC	243,0	157,5	278,0	678,5
83,0	Anton Nykänen	RautU	257,5	205,5	265,0	728,0
93,0	Pekka Pahnla	OPT	272,5	130,0	285,0	687,5
105,0	Niko Lappi	JVK	330,0	200,0	340,0	870,0
120,0	Georgios Pantelidis	HartVo	310,0	180,0	322,5	812,5
120+	Mikael Salomäki	KaVo	270,0	137,5	275,0	682,5

### **Klassisen voimanoston SM-kilpailut, avoin, 7. – 9.11.2025, Rovaniemi, NaVo**

Sarja	Nimi	Seura	JK	PP	MN	YT
<b>N</b>						
52,0	Jaana Koskipaasi	OPT	125,0	77,5	157,5	360,0
57,0	Satu Pylväs	OPT	155,0	92,5	200,0	447,5
63,0	Fanni Savela	OPT	162,5	117,5	206,5	486,5
69,0	Jonna Alanko	YlöR	170,0	102,5	202,5	475,0
76,0	Ellen Grönlund	S-V	195,0	117,5	215,0	527,5
84,0	Mira Lahtinen	SaJy	200,0	135,0	214,0	549,0
84+	Anniina Luotonen	PLP	200,0	137,5	235,0	572,5
<b>M</b>						
66,0	Tenho Talvensaari	OPT	75,0	152,5	75,0	302,5
74,0	Jani Haapamäki	OPT	247,5	170,0	270,0	687,5
83,0	Viljami Javanainen	PV-81	247,5	155,0	265,0	667,5
93,0	Mikko Nuolioja	TVN	257,5	197,5	305,0	760,0
105,0	Paul Ahokas	Hkaanto	297,5	155,0	330,0	782,5
120,0	Tuomas Hautala	LaPo	322,5	222,5	375,0	920,0
120+	Nuutti Mansukoski	PP	360,0	180,0	370,0	910,0

**Klassinen voimanosto SM-kilpailut, masters, 14. – 16.11.2025, Pori, PV-81**

Sarja	Nimi	Seura	JK	PP	MN	YT
<b>N40</b>						
47,0	Hanna-Elina Ahola	LIKE	107,5	75,0	132,5	315,0
57,0	Minna Silvennoinen	OSC	112,5	65,0	175,0	352,5
63,0	Minna Pohjola	RAV	150,0	95,0	157,5	402,5
69,0	Olga Nieminen	KEV	165,0	92,5	177,5	435,0
76,0	Hannele Eerikäinen	HAK	147,5	80,0	170,0	397,5
84,0	Heidi Bäckström	RAV	180,0	95,0	180,0	455,0
84+	Liisa Asanti	NIL	172,5	85,0	200,0	457,5
<b>N50</b>						
47,0	Sanna-Mari Jauhola	OPT	86,0	40,0	85,0	211,0
52,0	Marcela Sandvik	ÅKK	100,0	70,0	117,5	287,5
57,0	Nina Honka	TVN	107,5	60,0	152,5	320,0
63,0	Katja Kärkkäinen	OPT	140,5	85,5	150,5	376,5
69,0	Anu Kangaskesti	OPT	140,5	75,0	152,5	368,0
76,0	Tiina Voho	KoJy	140,0	107,5	1650	412,5
84,0	Hanna Suominen	ViVo	140,0	70,0	160,0	370,0
<b>N60</b>	Leena Jokitalo	TNT	122,5	55,0	143,5	321,0
<b>N70</b>	Silja sorokin	HAK	67,5	52,5	97,5	217,5
<b>M40</b>						
66,0	Mika Laitinen	YLöR	162,5	100,0	205,0	467,5
74,0	Pekka Taskinen	TVN	195,0	120,0	232,5	547,5
83,0	Johan Henriksson	HPT	225,0	145,0	272,5	642,5
93,0	Jussi Harmaala	LeVo	265,0	167,5	280,0	712,5
105,0	Heikki Kurvinen	HauVo	290,5	180,0	270,0	740,5
120,0	Tuomo Väänänen	PTP	255,0	180,0	285,0	720,0
120+	Antti Nevalainen	E-SV	325,0	215,0	342,5	882,5
<b>M50</b>						
66,0	Kari-Pekka Körkkö	OPT	140,0	100,0	160,0	400,0
74,0	Jonas Enkvist	PV	208,0	130,0	225,0	563,0
83,0	Marko Helynen	SalVo	227,5	145,0	250,0	622,5
93,0	Sami Teeri	PLP	225,0	135,0	260,0	620,0
105,0	Pasi Putkonen	OPT	232,5	182,5	250,0	665,0
120,0	Timo Lumiala	SeiVo	250,0	175,0	272,25	697,5
120+	Jari Mutanen	AVo	260,0	145,0	255,0	660,0
<b>M60</b>						
66,0	Timo Leino	PV	150,0	97,5	190,0	437,5
74,0	Pekka Nykänen	S-V	137,5	90,0	157,5	385,0
83,0	Keijo Pasanen	I-HV	180,0	130,0	210,0	520,0
93,0	Harri Hagfors	MY-Power	185,0	115,0	250,0	550,0
105,0	Jarmo Putkonen	KesU	190,0	135,0	247,5	572,5
120,0	Jari Niskanen	So-Vi	215,0	137,5	255,0	607,5
120+	Mika Kurjonen	TVN	240,5	140,0	240,0	620,5
<b>M70</b>						
66,0	Keijo Kuisma	OutVe	115,0	62,5	160,0	337,5
74,0	Seppo Sauren	K-UV	132,5	90,0	165,0	387,5
83,0	Antero Juntunen	ÄmVoima	160,0	80,0	205,5	445,5
93,0	Ilkka Launonen	SVV	160,0	132,5	205,0	497,5
105,0	Jorma Hietämäki	SiSi	200,0	102,5	255,5	558,0



## ***KANSAINVÄLISET MESTARUUSKILPAILUT, suomalaisten tulokset ja sijoitukset, maiden ranking***

### **Klassisen voimanoston EM-kilpailut, masters, 09. – 16.02.2025, Albi, Ranska**

Sarja	Nimi	JK	PP	MN	YT	SIJ.
<b>M40</b>						
74,0	Jani Haapamäki	247,5	170,0	265,0	682,5	1.
83,0	Jari Kaarnais	237,5	150,0	262,5	650,0	2.
105,0	Heikki Kurvinen	185,0	180,0	260,0	725,0	3.
105,0	Ville Majava	230,0	170,0	290,0	690,0	6.
120+	Jari Saario	340,0	187,5	3552,5	880,0	2.
120+	Jyrki Haikama	300,0	185,0	270,0	755,0	4.

Joukkuepisteet, Suomi 3., 45 pistettä; Haapamäki parhaiden nostajien 3.

<b>M50</b>						
74,0	Sami Siltala	200,0	127,5	240,0	567,5	1.
83,0	Marko Helynen	220,0	142,5	250,0	612,5	2.
93,0	Sami Teeri	220,0	127,5	237,5	585,0	7.
105,0	Kaj Wasenius	200,0	130,0	220,0	550,0	5.

Joukkuepisteet, Suomi 5. 31 pistettä

<b>M60</b>						
120,0	Jari Niskanen	217,5	117,5	260,0	595,0	3.

Joukkuepisteet, Suomi 14., 8 pistettä

<b>N40</b>						
57,0	Marika Hyttinen	110,0	60,0	165,0	335,0	5.
63,0	Minna Pohjola	145,0	87,5	150,0	382,5	7.
69,0	Johanna Kankus-Mikkola	188,5	97,5	172,5	458,5	2.
69,0	Olga Nieminen	157,5	87,5	170,0	415,0	5.
76,0	Hannele Eerikäinen	147,5	80,0	165,0	392,5	5.
84,0	Heidi Bäckström	175,0	90,0	180,0	427,5	2.
84,0	Anna Ranki	147,5	80,0	162,5	390,0	4.
84+	Liisa Asanti	160,0	50,0	207,5	417,5	7.

Joukkuepisteet, Suomi 4., 37 pistettä

<b>N50</b>						
47,0	Sanna-Mari Jauhola	82,5	40,0	102,5	225,0	2.
63,0	Ritva Pihlaja	80,0	45,0	112,5	237,5	7.
69,0	Petriina Wäre	122,5	60,0	145,0	327,5	6.
76,0	Tiina Voho	142,5	103,0	155,0	400,5	4.

Joukkuepisteet, Suomi 6., 25 pistettä

<b>N60</b>						
76,0	Irene Matinpalo	87,5	42,5	115,0	245,0	5.

Joukkuepisteet, Suomi 11., 6 pistettä

### **Yliopisto-opiskelijoiden Eurooppa Cup, 21. – 23.2.2025, Hamm, Luxemburg**

Sarja	Nimi	JK	PP	MN	YT	SIJ.
<b>N</b>						
63,0	Jenna Onkalo	127,5	70,0	172,5	370,0	14.

69,0	Hanne Ahonen	150,0	77,5	180,0	407,5	4.
------	--------------	-------	------	-------	-------	----

### Klassisen voimanoston EM-kilpailut, avoin, 12. – 17.3.2024, Velika Gorica, Kroatia

Sarja	Nimi	JK	PP	MN	YT	SIJ.
<b>M</b>						
66,0	Antti Savolainen	217,5	150,0	287,5	655,0	1.
74,0	Jani Haapamäki	240,0	172,5	250,0	662,5	9.

Joukkuepisteet Suomi 12., 14 pistettä.

Sarja	Nimi	JK	PP	MN	YT	SIJ.
<b>N</b>						
52,0	Jaana Koskipaasi	115,0	72,5	145,0	332,5	11.
57,0	Satu Pylväs	142,5	92,5	192,5	427,5	7.
57,0	Nelli Westerlund	137,5	82,5	150,0	370,0	15.
76,0	Ellen Grönlund	205,0	112,5	212,5	530,0	7.
84+	Anniina Luotonen	185,0	132,5	225,0	542,5	5.

Joukkuepisteet Suomi 13. 16 pistettä.

### Varustevoimanoston EM-kilpailut, kaikki, 2. – 11.5.2025, Pilsen; Tsekki

Sarja	Nimi	JK	PP	MN	YT	SIJ.
<b>M</b>						
66,0	Antti Savolainen	275,0	192,5	292,5	760,0	1.
120,0	Tomi Määttä	380,0	270,0	300,0	950,0	6.
120,0	Jussi Kangasvieri	335,0	230,0	310,0	875,0	8.
120+	Santeri Helin	350,0	225,0	315,0	890,0	4.

Joukkuepisteet Suomi 3., 27 pistettä.

Sarja	Nimi	JK	PP	MN	YT	SIJ.
<b>M40</b>						
120,0	Janne Hakala	275,0	170,0	262,5	707,5	3.

Joukkuepisteet, Suomi 11., 8 pistettä

Sarja	Nimi	JK	PP	MN	YT	SIJ.
<b>M50</b>						
105,0	Kaj Wasenius	242,5	162,5	272,5	677,5	5.
120,0	Kaj Mattila	282,5	220,0	245,0	747,5	2.

Joukkuepisteet, Suomi 7., 15 pistettä

Sarja	Nimi	JK	PP	MN	YT	SIJ.
<b>M60</b>						
74,0	Kari Räihä	200,0	105,0	230,0	545,0	3.
83,0	Seppo Norpila	170,0	140,0	182,5	492,5	6.
120,0	Lauri Johansson	200,0	140,0	200,0	540,0	4.

Joukkuepisteet, Suomi 6. 20 pistettä

Sarja	Nimi	JK	PP	MN	YT	SIJ.
<b>N</b>						
52,0	Olivia Kyösti	192,5	117,5	165,0	475,0	3.
63,0	Sofia Räihä	192,5	117,5	187,5	497,5	4.
63,0	Janika Silvennoinen	200,0	105,0	180,0	485,0	7.
84+	Emilia Haataja	210,0	132,5	197,5	540,0	2.

Joukkuepisteet, Suomi 4., 28 pistettä.

### **N18**

63,0	Ninni Kopola	-	115,0	145,0	DSQ.	
69,0	Essi Närvä	167,5	110,0	166,5	444,0	1.
76,0	Nelli Korpi	140,0	-	157,5	DSQ	

Joukkuepisteet, Suomi 4., 12 pistettä.

#### N23

63,0	Eerika Palosaari	165,0	-	142,5	DSQ	
69,0	Emma Honkonen	175,0	-	140,0	DSQ	

Joukkuespisteet, Suomi ei pisteitä.

#### N40

69,0	Nina Mäkinen	147,5	75,0	150,0	372,5	4.
------	--------------	-------	------	-------	-------	----

Joukkuepisteet, Suomi 7. 7 pistettä

#### N50

57,0	Nina Honka	155,0	82,5	160,0	397,5	1.
69,0	Sanna Joutsela	157,5	102,5	175,0	435,0	1.

Joukkuepisteet, Suomi 2., 24 pistettä

#### N60

69,0	Seija Skogman	107,5	50,0	100,0	257,5	2.
------	---------------	-------	------	-------	-------	----

Joukkuepisteet, Suomi 5., 9 pistettä.

### Penkkipunnerruksen MM-kilpailut, kaikki, 18. – 24.5.2025, Drammen, Norja

#### Klassinen penkkipunnerrus

Sarja	Nimi	Tulos	Sij.
<b>M</b>			
105,0	Joni Tajakka	242,5	2.
120+	Antti Tommila	232,5	6.

Joukkuepisteet Suomi 12. 14 pistettä.

#### M18

66,0	Tyrsky Reunanen	132,5	6.
83,0	Aleksanteri Törmönen	132,5	6.
83,0	Lassi Viljanmaa	120,0	9.

Joukkuepisteet Suomi 13. 12 pistettä.

#### M23

66,0	Artturi Kiuru	135,0	7.
74,0	Daniel Wasenius	95,0	13.
83,0	Anton Nykänen	211,5	1.

Joukkuepisteet, Suomi 11., 17 pistettä. Anton Nykänen parhaiden nostajien 1.

#### M40

74,0	Jani Haapamäki	172,5	3.
83,0	Juha Aalto	170,0	6.
83,0	Teemu Tapanainen	155,0	9.
105,0	Timo Salmi	200,0	8.
105,0	Niko Syri	190,0	9.
120,0	Simo Sistonen	225,0	1.

120+	Janne Jääskeläinen	232,5	3.
------	--------------------	-------	----

Joukkuepisteet Suomi 3. 40 pistettä

#### M50

74,0	Janne Palmu	145,0	6.
74,0	Marko Forsell	140,0	8.
105,0	Pasi Putkonen	187,5	6.
120,0	Janne Jämsä	192,5	5.
120,0	Petri Rinkinen	182,5	8.

Joukkuepisteet, Suomi 10., 22 pistettä.

#### M60

74,0	Erkki Rajala	163,5	2.
83,0	Harri Vahtolammi	157,6	3.
83,0	Jari Salste	130,0	9.
93,0	Pentti Pitkänen	172,5	2.
120+	Juha Paimen	140,0	5.

Joukkuepisteet, Suomi 5., 34 pistettä.

#### N

52,0	Johanna Kuronen	92,5	3.
57,0	Jenni Henriksson	107,5	2.
57,0	Essi Valo	87,5	11.
63,0	Fanni Savela	122,5	1.
76,0	Roosa Valkola	107,5	6.
84,0	Mira Lahtinen	132,5	2.
84+	Johanna Laitinen	155,0	2.

Joukkuepisteet Suomi 2. 47 pistettä. Johanna Laitinen oli parhaiden nostajien 3.

#### N18

57,0	Jenna Tarvainen	77,5	3.
63,0	Ninni Kopola	85,0	2.
69,0	Essi Närvä	87,5	2.

Joukkuepisteet Suomi 4. 26 pistettä

#### N23

52,0	Riina Hartikainen	65,0	6.
63,0	Milla Haapanäki	92,5	9.
76,0	Sohvi Mikkonen	95,0	6.
84,0	Jenna Laitinen	115,0	3.
84,0	Suvi-Maaria Heinonen	95,0	7.

Joukkuepisteet, Suomi 9., 24 pistettä.

#### N40

63,0	Niina Köninki	95,0	3.
63,0	Minna Pohjola	90,0	4.
69,0	Mari Engberg	110,0	1.
69,0	Hanna Karhu	85,0	8.
76,0	Pauliina Suomela	112,5	2.
84,0	Jessica Sinikoski	105,0	3.

Joukkuepisteet Suomi 2., 44 pistettä.

#### N50

69,0	Pirita Ruusulaakso	87,5	1.
69,0	Satu Sarpola	87,5	2.
84,0	Tutta Mattsson	92,5	1.
84+	Kirsti Paloniemi	70,0	8.
84+	Kirsi Lehmuskanta	62,5	10.

Joukkuepisteet Suomi 4., 37 pistettä.

#### **N60**

69,0	Margetta Salminen	65,0	6.
------	-------------------	------	----

Joukkuepisteet, Suomi 12., 5 pistettä.

#### **N70**

69,0	Liisa Tiensuu-Hirvonen	55,0	1.
------	------------------------	------	----

Joukkuepisteet, Suomi 4., 12 pistettä

#### **Varustepenkkipunnerrus**

Sarja	Nimi	Tulos	Sij.
<b>M</b>			
66,0	Joni Niskanen	110,0	4.
83,0	Matias Viiperi	272,5	3.
120,0	Markus Ahonen	335,0	4.
120+	Kennerth Sandvik	252,5	

Joukkuepisteet Suomi 6., 27 pistettä.

#### **M23**

74,0	Daniel Wasenius	100,0	5.
------	-----------------	-------	----

Joukkuepisteet Suomi 14., 6 pistettä.

#### **M40**

74,0	Ville Vaivila	140,0	3.
93,0	Aki Kangasjärvi	215,0	8.
120,0	Mikko Tiensuu	-	DSQ
120+	Jani Laaksonen	-	DSQ

Joukkuepisteet Suomi 13., 11 pistettä.

#### **M50**

83,0	Vesa Hartikainen	210,0	3.
93,0	Petteri Laurikainen	250,0	2.
105,0	Asko Lähteenmaa	200,0	9.
105,0	Kaj Wasenius	165,0	10.
120,0	Petri Rinkinen	235,0	3.
120,0	Kaj Mattila	230,0	4.

Joukkuepisteet Suomi 2. 37 p.

#### **M60**

66,0	Hannu Peräsalo	90,0	3.
83,0	Stig Björkqvist	187,5	2.
83,0	Aarre Laurila	130,0	5.
105,0	Keijo Lampinen	180,0	3.

Joukkuepisteet Suomi 4., 31 pistettä

#### **N**

52,0	Marcela Sandvik	120,0	3.
------	-----------------	-------	----

63,0	Maria Karjalainen	130,0	4.
84,0	Maria Molanen	-	DSQ

Joukkuepisteet Suomi 9., 15 pistettä

**N18**

57,0	Jenna Tarvainen	105,0	1.
63,0	Ninni Kopola	105,0	2.
69,0	Essi Närvä	120,0	2.

Joukkuepisteet Suomi 3., 30 pistettä.

**N23**

52,0	Riina Hartikainen	95,0	1.
63,0	Eerika Palosaari	135,0	2.

Joukkuepisteet, Suomi 3., 21 pistettä.

**N40**

69,0	Janika Kivelä	102,5	4.
84,0	Tiina Leppäaho	117,5	1.
84+	Helena Rehnberg	-	DSQ

Joukkuepisteet Suomi 6., 19 pistettä

**N50**

52,0	Katja Ronkainen	62,5	5.
69,0	Satu Sarpola	105,0	5.
76,0	Joanna Linna	107,5	2.
84,0	Päivi Ristolainen	-	DSQ
84+	Kirsi Lehmuskanta	92,5	3.

Joukkuepisteet Suomi 6., 27 pistettä

**N60**

69,0	Seija Skogman	95,0	2.
------	---------------	------	----

Joukkuepisteet Suomi 9., 9 pistettä.

**N70**

52,0	Aira Knutars	67,0	1.
------	--------------	------	----

Joukkuepisteet Suomi 3., 12 pistettä. Aira Knutars parhaiden nostajien 3.

**Klassisen voimanoston MM-kilpailut, avoin, 8. – 15.6.2026, Chemnitz, Saksa**

Sarja	Nimi	JK	PP	MN	YT	SIJ.
<b>M</b>						
74,0	Sami Siltala	190,0	132,5	-	DSQ	

Joukkuepisteet, Suomi -.

**N**

76,0	Ellen Grönlund	205,0	115,0	215,0	535,0	6.
------	----------------	-------	-------	-------	-------	----

Joukkuepisteet, Suomi 22., 5 pistettä.

**FISU Yliopistojen maailmanmestaruuskilpailut 16. – 20.7.2025, Istanbul, Turkki**

Sarja	Nimi	JK	PP	MN	YT	SIJ.
-------	------	----	----	----	----	------

Ei nostajia Suomesta.

### World Games, 7. – 17.8.2025, Chengdu, Kiina

#### **Varustevoimanosto**

Sarja	Nimi	JK	PP	MN	YT	SIJ.
N						
Light	Olivia Kyösti (52,00)	190,0	120,0	155,0	465,0	6.

### Voimanoston MM-kilpailut, juniorit, sub-juniorit, 25.8. – 5.9.2025, San Jose, Costa Rica

Sarja	Nimi	JK	PP	MN	YT	SIJ.
-------	------	----	----	----	----	------

**Klassinen voimanosto**

#### **M18**

74,0	Miska Haukka	190,0	140,0	235,0	565,0	16.
83,0	Flip Strand	210,0	132,5	260,0	602,5	19.
83,0	Alvar Korsu	202,5	140,0	247,5	590,0	21.

Joukkuepisteet, Suomi 26., 3 pistettä

#### **N18**

69,0	Essi Närvä	135,0	85,0	160,0	380,0	10.
------	------------	-------	------	-------	-------	-----

Joukkuepisteet, Suomi 27. 1 pistettä.

#### **N23**

69,0	Oona Kujala	185,0	97,5	170,0	452,5	8.
84,0	Laura Sorsa	165,0	105,0	192,5	462,5	11.

Joukkuepisteet, Suomi 25. 4 pistettä.

#### **Varustevoimanosto**

#### **N18**

63,0	Ninni Kopola	190,0	117,5	150,0	457,5	2.
69,0	Essi Närvä	165,0	122,5	170,0	457,5	2.

Joukkuepisteet, Suomi 5. 18 pistettä.

#### **N23**

63,0	Emma Honkonen	177,5	100,0	160,0	437,5	5.
------	---------------	-------	-------	-------	-------	----

Joukkuepisteet, Suomi 13., 6 pistettä.

### Voimanoston Länsi-Euroopan mestaruuskilpailut 12. – 14.9.2025, Pornainen, Suomi

#### **Klassinen voimanosto**

Sarja	Nimi	JK	PP	MN	YT	SIJ.
<b>M</b>						
66,0	Tenho Talvensaari, FIN	205,0	153,5	245,0	603,5	2.
66,0	Atte Nieminen, FIN2	172,5	117,5	210,0	500,0	4.
74,0	Elmeri Kujala, FIN	235,0	152,5	280,0	667,5	4.
83,0	Janne Mourujärvi, FIN2	220,0	170,0	255,0	645,0	7.
93,0	Mikko Nuolioja, FIN	255,0	197,5	302,5	755,0	5.
93,0	Oskari Helenius, FIN2	285,0	135,0	302,5	722,5	9.

93,0	Joona Makkonen, FIN2	245,0	167,5	240,0	652,5	10.
120+	Nuutti Mansukoski, FIN	390,0	217,5	360,0	967,5	1.
120+	Jyrki Haikama, FIN2	315,0	190,0	285,0	790,0	2.

Joukkuepisteet, Suomi 5., 391,56 pistettä; Suomi2 7., 352,38 pistettä.

#### N

47,0	Claudia Baende, FIN	115,0	75,0	125,0	315,0	4.
57,0	Iida Makkonen, FIN	132,5	82,5	152,5	367,5	4.
57,0	Essi Valo, FIN	135,0	85,0	145,0	365,0	5.
63,0	Linda Launiainen, FIN	142,5	82,5	147,5	372,5	8.
69,0	Meri Kallio, FIN	162,5	100,0	192,5	455,0	2.
69,0	Jenna Tuomainen, FIN	160,0	87,5	192,5	440,0	7.
69,0	Saija Hilden, FIN2	162,5	82,5	180,0	425,0	9.
69,0	Roosa Valkola, FIN2	150,0	97,5	160,0	407,5	11.
76,0	Kristiina Kolmer, FIN2	127,5	70,0	142,5	340,0	5.

Joukkuepisteet, Suomi 5., 361,03 pistettä; Suomi2 9., 241,05 pistettä.

#### Varustevoimanosto

Sarja	Nimi	JK	PP	MN	YT	SIJ.
<b>M</b>						
83,0	Toni Kuusi	247,5	207,5	255,0	710,0	1.
120,0	Jussi Kangasvieri	315,0	220,0	285,0	820,0	1.
120,0	Ville Niskanen	-	170,0	267,5	DSZ	
120+	Janne Hakala	270,0	187,5	230,0	687,5	3.

Joukkuepisteet, Suomi 4., 231,11 pistettä.

#### N

57,0	Mari Ukkonen, FIN	170,0	110,0	145,0	425,0	1.
63,0	Sofia Räihä, FIN	210,5	125,0	182,5	518,0	1.
63,0	Janika Silvennoinen, FIN	213,0	115,0	185,0	513,0	2.
63,0	Eerika Palosaari, FIN2	-	-	-	DSQ	
84,0	Rosanna Lampela, FIN	200,0	117,5	160,0	477,5	2.

Joukkuepisteet, Suomi 1., 345,31 pistettä, Suomi2 -.

### Voimanoston ja penkkipunnerruksen PM-kilpailut, juniorit, sub-juniorit, 12. – 14.9.2025, Gardabaer, Islanti

#### Klassinen voimanosto

Sarja	Nimi	JK	PP	MN	YT	SIJ.
<b>N18</b>						
52,0	Nicole Englund	82,5	45,0	102,5	230,0	1.
76,0	Julia Lappalainen	105,0	55,0	130,0	290,0	1.
76,0	Matilda Perttu	110,0	52,5	117,5	280,0	2.
84+	Lyydia Leskinen	185,0	77,5	190,0	452,5	1.
84+	Martta Nieminen	180,0	87,5	182,5	450,0	2.
<b>N23</b>						
63,0	Jenni Kahri	152,5	90,0	160,0	400,0	1.
84,0	Laura Sorsa	175,0	102,5	202,5	480,0	1.
84,0	Helmi Mäkelä	150,0	80,0	170,0	400,0	2.
84+	Janna Huuho	160,0	90,0	185,0	435,0	3.
84+	Marikki Virtanen	155,0	77,5	177,5	410,0	4.
<b>M18</b>						
83,0	Emilian Hollander	240,0	142,5	245,0	627,5	3.
83,0	Alvar Korsu	215,0	140,0	245,0	600,0	5.

93,0	Jonathan Salin	205,0	97,5	240,0	542,5	4.
105,0	Lassi Mäntyniemi	247,5	152,5	265,0	665,0	2.
105,0	Elmeri Hakala	205,0	125,0	220,0	550,0	3.
120,0	Lenni Oinonen	255,0	185,0	250,0	690,0	1.
120,0	Eero Ruokoski	230,0	135,0	235,0	600,0	2.

### M23

66,0	Topi Toivola	190,0	122,5	235,0	547,5	2.
66,0	Artturi Kiuru	172,5	130,0	217,5	525,0	3.
74,0	Akseli Virta	202,5	107,5	235,0	545,0	6.
83,0	Viljami Javanainen	255,0	165,0	270,0	690,0	2.
83,0	Hector Bergman	182,5	110,0	212,5	505,0	8.
93,0	Pekka Pahnala	270,0	135,0	270,0	675,0	6.
105,0	Kasimir Portin	255,0	157,5	260,0	672,5	6.
120,0	Aaron Nordberg	275,0	207,5	290,0	772,5	3.

### Varustevoimanosto

Sarja	Nimi	JK	PP	MN	YT	SIJ.
-------	------	----	----	----	----	------

Ei osallistujia.

### Klassinen penkkipunnerrus

Sarja	Nimi	Tulos	Sij.
-------	------	-------	------

#### M18

93,0	Eetu Forsell	147,5	2.
120,0	Lenni Oinonen	180,0	1.

#### M23

120,0	Ossi Rantala	180,0	3.
-------	--------------	-------	----

### Varustepenkkipunnerrus

Sarja	Nimi	Tulos	Sij.
-------	------	-------	------

Ei osallistujia.

### Penkkipunnerruksen EM-kilpailut, kaikki, 22. – 28.9.2025, Valetta, Malta

### Klassinen penkkipunnerrus

Sarja	Nimi	Tulos	Sij.
-------	------	-------	------

#### M

105,0	Joni Tajakka	232,5	1.
120,0	Simo Sistonen	227,5	5.

Joukkuepisteet 8. Suomi 18 pistettä

#### M18

59,0	Valtteri Lavikainen	102,5	5.
66,0	Tyrsky Reunanen	137,5	4.
74,0	Alexander Björkqvist	140,0	6.
105,0	Samuel Lehtonen	157,5	6.

Joukkuepisteet 6. Suomi 23 pistettä

#### M23

66,0	Artturi Kiuru	127,5	6.
120,0	Ossi Rantala	170,0	5.

Joukkuepisteet 13. Suomi 11 pistettä

**M40**

66,0	Tapio Peltokangas	140,0	2.
74,0	Ville Vaivila	105,0	5.
83,0	Juha Aalto	175,0	3.
105,0	Niko Syri	185,0	5.

Joukkuepisteet, Suomi 3. 29 pistettä

**M50**

66,0	Esa Metsälä	110,0	4.
105,0	Pasi Putkonen	185,0	4.

Joukkuepisteet, Suomi 9. 17 pistettä

**M60**

93,0	Jari Salste	130,0	3.
105,0	Kari Seliverstow	150,0	2.

Joukkuepisteet, Suomi 6. 12 pistettä.

**M70**

74,0	Juhani Rasilainen	115,0	1.
------	-------------------	-------	----

Joukkuepisteet, Suomi 3. 12 pistettä

**N**

52,0	Johanna Kuronen	92,5	3.
69,0	Roosa Valkola	105,0	6.
84,0	Mira Lahtinen	130,0	1.
84+	Johanna Laitinen	147,5	2.

Joukkuepisteet, Suomi 3. 34 pistettä

**N18**

63,0	Ninni Kopola	90,0	1.
63,0	Jenna Tarvainen	77,5	4.
69,0	Essi Närvä	85,0	3.

Joukkuepisteet, 2. Suomi, 27 pistettä

**N23**

52,0	Sara-Sofia Väliviita	80,0	2.
69,0	Sohvi Mikkonen	95,0	3.
84,0	Suvi-Maaria Heinonen	90,0	7.

Joukkuepisteet 5. Suomi, 21 pistettä

**N40**

57,0	Niina Köninki	90,0	1.
63,0	Soila Ranta	77,5	2.
69,0	Minna Pohjola	92,5	2.
76,0	Pauliina Suomela	115,0	1.
84+	Anne Kekäläinen	107,5	5.
84+	Nanny Wallen	107,5	6.

Joukkuepisteet, Suomi 1. 48 pistettä.

**N50**

57,0	Mervi Sirkkiä	65,0	4.
------	---------------	------	----

69,0	Satu Sarpola	82,5	1.
76,0	Tiina Voho	111,0	1.

Joukkuepisteet, Suomi 3. 31 pistettä. Tiina Voho oli parhaiden nostajien 1.

#### **N60**

69,0	Margetta Salminen	62,5	3.
------	-------------------	------	----

Joukkuepisteet, Suomi 7., 8 pistettä.

#### **Varustepenkkipunnerrus**

Sarja	Nimi	Tulos	Sij.
<b>M</b>			
74,0	Jani Haapamäki	210,0	2.
105,0	Santtu Turunen	260,0	7.
120,0	Markus Ahonen	340,0	1.

Joukkuepisteet, Suomi 6. 25 pistettä.

#### **M23**

74,0	Daniel Wasenius	95,0	4.
------	-----------------	------	----

Joukkuepisteet 10. Suomi, 7 pistettä.

#### **M40**

74,0	Ville Vaivila	125,0	2.
83,0	Lasse Arkela	200,0	2.
120,0	Mikko Tiensuu	282,5	2.
120+	Jani Laaksonen	245,0	5.

Joukkuepisteet, Suomi 2., 33 pistettä.

#### **M50**

93,0	Petteri Laurikainen	-	DSQ
105,0	Kaj Wasenius	145,0	5.
120+	Kenneth Sandvik	277,5	1.

Joukkuepisteet, Suomi 6. 18 pistettä.

#### **M60**

83,0	Stig-Erik Björkqvist	185,0	2.
------	----------------------	-------	----

Joukkuepisteet, Suomi 6., 9 pistettä.

#### **M70**

93,0	Kari Holstein	140,0	1.
------	---------------	-------	----

Joukkuepisteet, Suomi 3., 12 pistettä.

#### **N**

52,0	Marcela Sandvik	112,5	2.
63,0	Maria Karjalainen	132,5	3.
69,0	Milla Haapamäki	145,0	3.
84,0	Sofia Sällinen	70,0	6.

Joukkuepisteet, Suomi 5., 30 pistettä.

#### **N18**

63,0	Ninni Kopola	120,0	1.
------	--------------	-------	----

63,0	Jenna Tarvainen	110,0	4.
69,0	Essi Närvä	115,0	2.

Joukkuepisteet, Suomi 2. 28 pistettä. Ninni Kopola oli parhaista nostajista 3.

#### N23

52,0	Riina Hartikainen	97,5	1.
------	-------------------	------	----

Joukkuepisteet, Suomi 7., 12 pistettä.

#### N40

63,0	Janika Kivelä	87,5	1.
84,0	Tiina Leppäaho	127,5	2.
84+	Helena Rehnberg	185,0	1.

Joukkuepisteet, Suomi 2. 33 pistettä. Helena Rehnberg oli parhaiden nostajien 1.

#### N50

69,0	Satu Sarpola	95,0	2.
76,0	Joanna Linna	110,0	1.
84+	Kirsi Lehmuskanta	92,5	2.

Joukkuepisteet, Suomi 3. 30 pistettä.

### Voimanoston MM-kilpailut, Masters, 10. – 19.10.2025, Cape Town, Etelä-Afrikka

Sarja	Nimi	JK	PP	MN	YT	SIJ.
<b>Klassinen voimanosto</b>						
<b>M40</b>						
93,0	Jussi Harmaala	262,5	170,0	275,0	707,5	4.
120+	Jari Saario	320,0	185,0	340,0	845,0	2.
120+	Kimmo Matilainen	280,0	200,0	250,0	730,0	4.

Joukkuepisteet, Suomi 6., 23 pistettä.

#### M50

74,0	Marko Forsell	190,0	137,5	202,5	530,0	4.
105,0	Kaj Wasenius	200,0	125,0	227,5	552,5	7.

Joukkuepisteet, Suomi 14., 11 pistettä.

#### M60

93,0	Harri Hagfors	200,0	117,5	245,0	562,5	5.
------	---------------	-------	-------	-------	-------	----

Joukkuepisteet, Suomi 14., 6 pistettä.

#### N40

76,0	Olga Nieminen	167,5	92,5	175,0	435,0	4.
------	---------------	-------	------	-------	-------	----

Joukkuepisteet, Suomi 15., 7 pistettä.

#### N50

57,0	Ritva Pihlaja	82,5	42,5	115,0	245,0	4.
------	---------------	------	------	-------	-------	----

Joukkuepisteet, Suomi 16., 7 pistettä.

#### N60

69,0	Outi Nurmilaukas	110,0	70,0	180,5	360,5	2.
76,0	Irene Matinpalo	95,0	45,0	122,5	262,5	4.

Joukkuepisteet, Suomi 5., 16 pistettä. Outi Nurmilaukas oli parhaiden nostajien 3.

#### **Varustevoimanosto**

##### **M50**

105,0	Kaj Wasenius	247,5	187,5	245,0	680,0	4.
120,0	Kaj Mattila	272,5	222,5	252,5	747,5	4.

Joukkuepisteet, Suomi 7., 14 pistettä

##### **M60**

83,0	Rami Huovinen	-	75,0	210,0	DSQ	
105,0	Harri Hagfors	225,0	137,5	235,0	597,5	3.

Joukkuepisteet, Suomi 7., 8 pistettä.

##### **N50**

76,0	Sanna Joutsela	152,5	100,0	180,0	432,5	1.
------	----------------	-------	-------	-------	-------	----

Joukkuepisteet, Suomi 5., 12 pistettä.

#### **Varustevoimanoston MM-kilpailut, avoin, 10. – 16.11.2025, Cluj-Napoca, Romania**

Sarja	Nimi	JK	PP	MN	YT	SIJ.
<b>M</b>						
66,0	Antti Savolainen	280,0	200,0	287,5	767,5	3.
83,0	Matias Viiperi	332,5	262,5	280,0	875,0	7.
105,0	Jussi Kangasvieri	325,0	227,5	300,0	852,5	9.
120,0	Tomi Määttä	385,0	275,0	285,0	945,0	7.

Joukkuepisteet Suomi 9., 18 pistettä.

#### **Klassisen voimanoston EM-kilpailut, juniorit, sub-juniorit, 28.11. – 7.12.2025, Druskininkai, Liettua**

Sarja	Nimi	JK	PP	MN	YT	SIJ.
<b>M18</b>						
66,0	Valtteri Kivimäki	180,0	107,5	240,0	527,5	9.
83,0	Filip Strand	225,0	140,0	302,5	667,5	10.
83,0	Alvar Korsu	212,5	122,5	255,0	572,5	15.
93,0	Aleksi Kuosmanen	215,0	135,0	220,0	570,0	18.
105,0	Lassi Mäntyniemi	247,5	152,5	267,5	647,5	10.

Joukkuepisteet Suomi 23., 6 pistettä.

##### **M23**

83,0	Viljami Javanainen	237,5	152,5	245,0	635,0	25.
120,0	Georgios Pantelidis	312,5	187,5	315,0	815,0	6.
120,0	Santeri Pasanen	310,0	200,0	302,5	812,5	7.

Joukkuepisteet Suomi 15., 10 pistettä.

##### **N18**

69,0	Essi Närvä	140,0	87,5	155,0	382,5	8.
76,0	Seela Kallio	125,0	65,0	132,5	322,5	8.
84+	Martta Nieminen	182,5	90,0	192,5	465,0	1.
84+	Lyydia Leskinen	187,5	85,0	190,0	462,5	2.

Joukkuepisteet Suomi 8., 27 pistettä.

**N23**

52,0	Milla Hautamäki	117,5	60,0	125,0	302,5	16.
63,0	Jenni Kahri	150,0	90,0	157,5	385,0	12.
69,0	Oona Kujala	192,5	100,0	192,5	485,0	2.
76,0	Juuli Kostian	192,5	117,5	202,5	512,5	3.
76,0	Helmi Mäkelä	142,5	77,5	170,0	390,0	20.
84,0	Jenna Laitinen	182,5	117,5	202,5	502,5	4.
84,0	Nina Heikkinen	210,0	100,0	190,0	500,0	5.

Joukkuepisteet Suomi 6., 31 pistettä.



# **SUOMALAISET MITALISTIT VUODEN 2025 KANSAINVÄLISISSÄ MESTARUUSKILPAILUISSA**

## **Miehet**

### **Klassisen voimanoston EM-kilpailut**

Antti Savolainen 1.

### **Varustevoimanoston EM-kilpailut**

Antti Savolainen 1.

### **Klassisen penkkipunnerruksen MM-kilpailut**

Joni Tajakka 2.

### **Klassisen penkkipunnerruksen EM-kilpailut**

Joni Tajakka 1.

### **Varustepenkipunnerruksen EM-kilpailut**

Jani Haapamäki 2.

Markus Ahonen 1.

### **Länsi-Euroopan mestaruuskilpailut, klassinen voimanosto**

Tenho Talvensaari 2.

Nuutti Mansukoski 1.

Jyrki Haikama 2.

### **Länsi-Euroopan mestaruuskilpailut, varustevoimanosto**

Toni Kuusi 1.

Jussi Kangasvieri 1.

Janne Hakala 3.

### **Varustevoimanoston MM-kilpailut**

Antti Savolainen 3.

## **Naiset**

### **Varustevoimanoston EM-kilpailut**

Olivia Kyösti 3.

Emilia Haataja 2.

### **Klassisen penkkipunnerruksen MM-kilpailut**

Johanna Kuronen 3.

Jenni Henriksson 2.

Fanni Savela 1.

Mira Lahtinen 2.

Johanna Laitinen 2.

### **Varustepenkipunnerruksen MM-kilpailut**

Marcela Sandvik 3.

### **Länsi-Euroopan mestaruuskilpailut, klassinen voimanosto**

Meri Kallio 2.

**Länsi-Euroopan mestaruuskilpailut, varustevoimanosto**

Mari Ukkonen 1.

Sofia Räihä 1.

Janika Silvennoinen 2.

Rosanna Lampela 2.

**Klassisen penkkipunnerruksen EM-kilpailut**

Johanna Kuronen 3.

Mira Lahtinen 1.

Johanna Laitinen 2.

**Varustepenkkipunnerruksen EM-kilpailut**

Marcela Sandvik 2.

Maria Karjalainen 3.

Milla Haapamäki 3.

**Nuoret/miehet**

**Klassisen penkkipunnerruksen MM-kilpailut**

Anton Nykänen 1.

**Klassisen voimanoston PM-kilpailut**

Emilian Hollander 3.

Lassi Mäntyniemi 2.

Elmeri Hakala 3.

Lenni Oinonen 1.

Eero Ruokoski 2.

Topi Toivola 2.

Artturi Kiuru 3.

Viljami Javanainen 2.

Aaron Nordberg 3.

**Klassisen penkkipunnerruksen PM-kilpailut**

Eetu Forsell 2.

Lenni Oinonen 1.

Ossi Rantala 3.

**Nuoret/naiset**

**Varustevoimanoston EM-kilpailut**

Essi Närvä 1.

**Klassisen penkkipunnerruksen MM-kilpailut**

Jenna Tarvainen 3.

Ninni Kopola 2.

Essi Närvä 2.

Jenna Laitinen 3.

### **Varustepenkkipunnerruksen MM-kilpailut**

Jenna Tarvainen	1.
Ninni Kopola	2.
Essi Närvä	2.
Riina Hartikainen	1.
Eerika Palosaari	2.

### **Klassisen penkkipunnerruksen EM-kilpailut**

Ninni Kopola	1.
Essi Närvä	3.
Sara-Sofia Välviviita	2.
Sohvi Mikkonen	3.

### **Varustepenkkipunnerruksen EM-kilpailut**

Ninni Kopola	1.
Essi Närvä	2.
Riina Hartikainen	1.

### **Klassinen voimanoston PM-kilpailut**

Nicole Englund	1.
Julia Lappalainen	1.
Matilda Pettu	2.
Lyydia Leskinen	1.
Martta Nieminen	2.
Jenni Kahri	1.
Laura Sorsa	1.
Helmi Mäkelä	2.
Janna Huuho	3.

### **Varustevoimanoston MM-kilpailut**

Ninni Kopola	2.
Essi Närvä	2.

### **Klassisen voimanoston EM-kilpailut**

Martta Nieminen	1.
Lyydia Leskinen	2.

### **Masters/miehet**

#### **Klassisen voimanoston EM-kilpailut**

Jani Haapamäki	1.
Jari Kaarnais	2.
Heikki Kurvinen	3.
Jari Saario	2.
Sami Siltala	1.
Marko Helynen	2.
Jari Niskanen	3.

#### **Varustevoimanoston EM-kilpailut**

Janne Hakala	3.
Kaj Mattila	2.
Kari Rähkä	3.

#### **Klassisen penkkipunnerruksen MM-kilpailut**

Jani Haapamäki	3.
Simo Sistonen	1.
Janne Jääskeläinen	3.
Erkki Rajala	2.
Harri Vahtolampi	3.
Pentti Pitkänen	2.

#### **Varustepenkkipunnerruksen MM-kilpailut**

Ville Vaivila	3.
Vesa Hartikainen	3.
Petteri Laurikainen	2.
Petri Rinkinen	3.
Hannu Peräsalo	3.
Stig Björkqvist	2.
Keijo Lampinen	3.

#### **Klassisen penkkipunnerruksen EM-kilpailut**

Tapio Peltokangas	2.
Juha Aalto	3.
Jari Salste	3.
Kari Seliverstow	2.
Juhani Rasilainen	1.

#### **Varustepenkkipunnerruksen EM-kilpailut**

Ville Vaivila	2.
Lasse Arkela	2.
Mikko Tiensuu	2.
Kenneth Sandvik	1.
Stig-Erik Björkqvist	2.

#### **Klassisen voimanoston MM-kilpailut**

Jari Saario	2.
-------------	----

#### **Varustevoimanoston MM-kilpailut**

Harri Hagfors	3.
---------------	----

#### **Masters/naiset**

#### **Klassisen voimanoston EM-kilpailut**

Johanna Kankus-Mikkola	2.
Sanna-Mari Jauhola	2.

#### **Varustevoimanoston EM-kilpailut**

Nina Honka	1.
Sanna Joutsela	1.

Seija Skogman 2.

#### **Klassisen penkki-punnerruksen MM-kilpailut**

Niina Köninki 3.  
Mari Engberg 1.  
Pauliina Suomela 2.  
Jessica Sinikoski 3.  
Pirita Ruusulaakso 1.  
Satu Sarpola 2.  
Tutta Mattsson 1.  
Liisa Tiensuu-Hirvonen 1.

#### **Varustepenkki-punnerruksen MM-kilpailut**

Tiina Leppäaho 1.  
Joanna Linna 2.  
Kirsi Lehmuskanta 3.  
Seija Skogman 2.

#### **Klassisen penkki-punnerruksen EM-kilpailut**

Niina Köninki 1.  
Soila Ranta 2.  
Minna Pohjola 2.  
Pauliina Suomela 1.  
Satu Sarpola 1.  
Tiina Voho 1.  
Margetta Salminen 3.

#### **Varustepenkki-punnerruksen EM-kilpailut**

Janika Kivelä 1.  
Tiina Leppäaho 2.  
Helena Rehnberg 1.  
Satu Sarpola 2.  
Joanna Linna 1.  
Kirsi Lehmuskanta 2.

#### **Klassisen voimanoston MM-kilpailut**

Outi Nurmilaukas 2.

#### **Varustevoimanoston MM-kilpailut**

Sanna Joutsela 1.

Mitalien lukumäärä oli yhteensä 141 (146 v. 2024) mitalia, joista kultaisia 45 (48) kpl, hopeisia 59 (51) kpl ja pronssisia 37 (47) kpl. Avoimen luokan menestys oli edellisvuosi paremmalla tasolla, missä naiset saivat 19 mitalia ja miehet 13 mitalia. Miehistä EM-kultamitalin toi Antti Savolainen sekä varuste- että klassisessa voimanostossa. Varustevoimanoston MM-kilpailuissa hän oli kolmas.

Muut mitalit olivat avoimessa luokassa penkki-punnerruksesta miehistä, joista kirkkaimpana mainittakoon Joni Tajakan klassisen penkki-punnerruksen EM-kulta sekä MM-hopea. Varustepenkki-punnerruksen EM-kilpailuista Markus Ahonen toi kultaa ja Jani Haapamäki hopeaa.

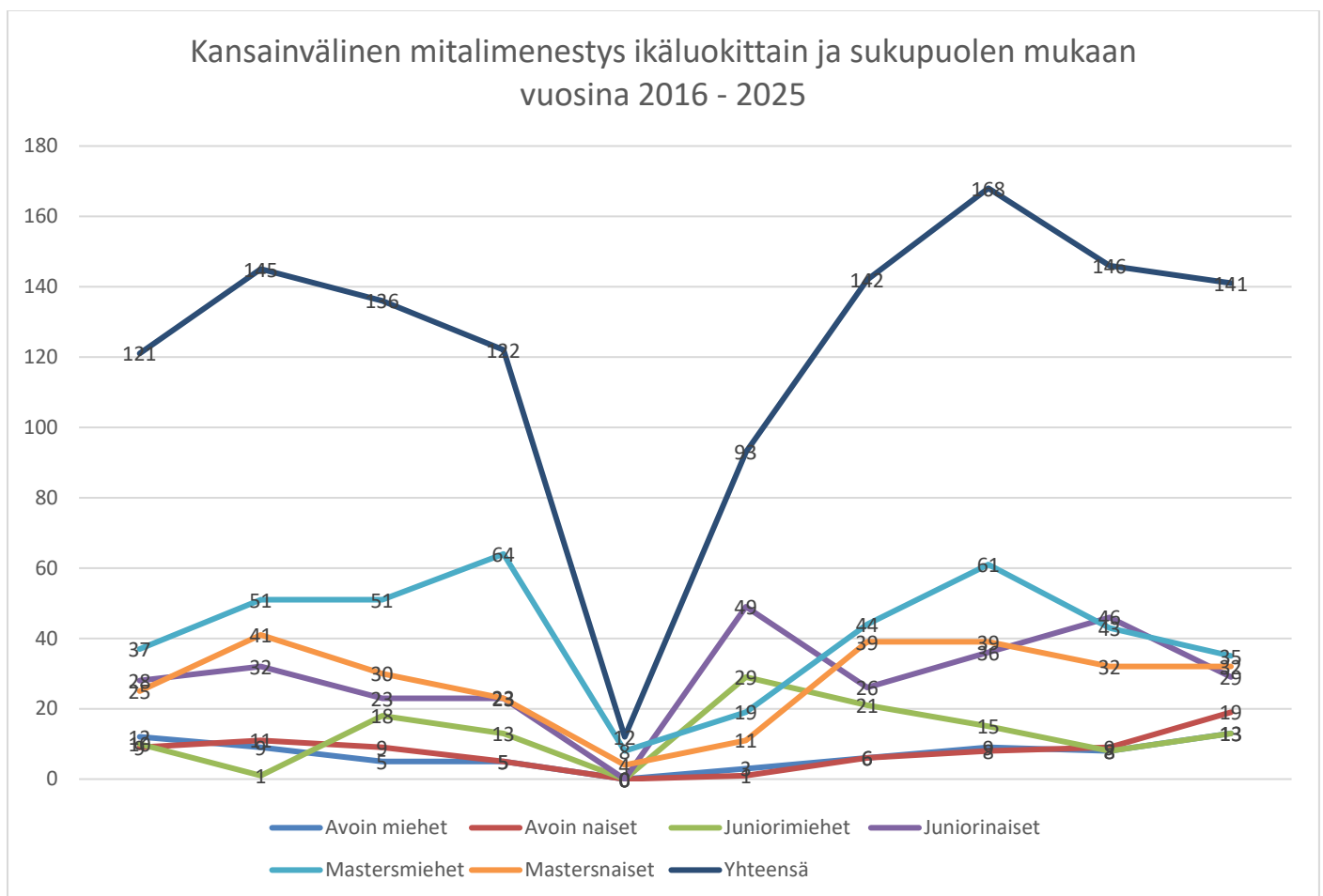
Naisista Emilia Haataja oli hopealla ja Olivia Kyösti pronssilla varustevoimanoston EM-kisoissa. Muut naisten mitalit tulivat penkki-punnerruksesta, joista klassisen penkki-punnerruksen EM-kisoista Fanni Savela sai kultaa. Jenni

Henriksson, Mira Lahtinen ja Johanna Laitinen puolestaan hopeaa sekä Johanna Kuronen pronssia. Varustepenkkipunnerruksen MM-kilpailuista Marcela Sandvik sai pronssia ja varustepenkkipunnerruksen EM-kilpailuista hopeaa. Maria Karjalainen ja Milla Haapamäki saivat EM-pronssia varustepenkkipunnerruksesta.

Nuoret miehet saivat 13 (9) mitalia ja nuoret naiset 29 (46) mitalia. Masters miehet toivat 35 (43) mitalia ja masters naiset 32 (32) mitalia.

Huolimatta kansainvälisen tason huomattavasta noususta erityisesti klassisen voimanoston puolella voidaan kansainvälistä menestystämme pitää edelleen kohtuullisen hyvänä sekä avoimen miesten että naisten osalta ja juniorinaisten osalta kiitettävänä. Juniorimiehetkin selviytyivät myös hyvin kansainvälisestä urakastaan. Selkeimmin Suomi on jäänyt jälkeen klassisessa voimanostossa nyt myös jo Sub-juniori-ikäisistä alkaen, erityisesti tämä on nähtävissä jalkakyykyssä.

Huolestuttavaa on myös se, että avoimen ikäluokan nostajat eivät lähde klassisen voimanoston MM-kisoihin. Tämä vaikeuttaa mm. liiton välinevalmistajien kanssa käymiä neuvotteluita klassisen voimanoston varustepakettien osalta.



Kuva: Kansainvälinen mitalimenestys 2016–2025.

## VUODEN 2025 PARHAAT

Voimanosto, miehet – Antti Savolainen  
Voimanosto, naiset – Olivia Kyösti  
Voimanosto, nuoret miehet – Niko Lappi  
Voimanosto, nuoret naiset – Essi Närvä  
Penkkipunnerrus, miehet – Joni Tajakka  
Penkkipunnerrus, naiset – Fanni Savela  
Penkkipunnerrus, nuoret miehet – Anton Nykänen  
Penkkipunnerrus, nuoret naiset – Ninni Kopola  
Vuoden erikoismaininta – Viljami Javanainen  
Vuoden tulokas – Jenna Laitinen  
Mastersnostaja – Sanna Joutsela  
Seura – Etelä-Suomen Voimanostajat  
Seura-aktiivi – Kaj Mattila  
Vuoden someseura – Herwannan Hauiskääntö  
Tuomari – Timo Rukkila



Liiton valinta vuoden voimanostourheilijaksi oli Antti Savolainen, myös Urheilutoimittajat valitsivat vuoden voimanostourheilijaksi hänet.

### Voimamalja-kilpailun 10 parasta joukkuetta

1. Oulun Power Team	OPT	991,5 p
2. Tampereen Voimanostajat	TVN	605,5 p
3. Pomarkun Pyry	PomPy	551,5 p
4. Etelä-Suomen Voimanostajat	E-SV	505,0 p
5. Porin Voimailijat -81	PV-81	461,5 p
6. Rannikon Voima	RAV	358,0 p
7. Kankaanpään Voimailijat	KaVo	326,0 p
Lopen Voima ja Kunto team	LVK team	326,0 p
9. Herwannan Hauiskääntö	Hkaanto	284,0 p
10. Helsingin Atleettiklubi	HAK	270,5 p



## 9. *ANTIDOPING*

Liitolla on oma antidopingohjelma. Siinä on huomioitu niin urheilijoiden sitouttaminen antidopingsäännöstöön kuin käytännön toimenpiteet. Antidopingohjelma sisältää kriisiviestintäohjeiston. Vuoden 2020 syyskokouksessa on Suomen Urheilun Eettisen Keskuksen säännösten uudistuttua hyväksytty uusi antidopingohjelma sekä antidopingsopimus, jotka tulivat voimaan vuoden 2021 alusta lukien. Edellinen antidopingsopimuskausi kattoi vuodet 2015–2020.

Liitolla on kattava antidopingsopimus, joka tehdään urheilijoiden ja liiton välille. Ilman voimassa olevaa antidopingsopimusta urheilija ei voi kilpailla liiton alaisessa kilpailussa. Sama koskee myös alaikäisiä urheilijoita. SUEK:n aloitteesta ja kustannuksella tehtyjen testien lisäksi liitto on kohdentanut varoja dopingtestaukseen, sekä pitänyt antidopingasiana esillä liiton viestinnässä Voimanostaja-lehden ja liiton kotisivujen välityksellä. Liitto järjestää urheilijoille myös antidopingkoulutusta. Jokaiseen, erityisesti nuorille järjestettävään voimanostoleiriin sisältyy SUEK:n antidopingkoulutuksen käyneiden liiton kouluttajien pitämä antidopingluento. SUEKin antidopingkoulutuksen ovat käyneet Kaj Mattila ja Mats Finne.

Voimanostajille Suomessa v. 2025 tehdyt dopingtestit jakaantuvat seuraavasti:

Dopingnäytteitä kerättiin yhteensä 125 kpl (vuonna 2024 122 kpl), joista verinäytteitä oli 29 (34). Verinäytteistä 25 (29) oli kilpailun ulkopuolisia testejä ja neljä (viisi) kilpailutestejä. Virtsanäytteitä kerättiin 96 (88), joista kilpailun ulkopuolisia oli 61 (19 naisille) ja kilpailutestejä 35 (13 naisille). Kerätyistä näytteistä 87 kohdentui mies- ja 38 naisnostajiin.

Edellisen vuotena dopingnäytteitä kerättiin yhteensä 122 (125 vuonna 2023) kpl, joista verinäytteitä oli 34 (25). Veritestit olivat kaikki kilpailujen ulkopuolella tehtyjä testejä. Virtsanäytteitä kerättiin 88 (100), joista kilpailun ulkopuolisia oli 54, joista 19 naisille ja kilpailutestejä 34, joista yhdeksän naisille. Kerätyistä näytteistä 81 kohdentui mies- ja 41 naisnostajiin.

Vuoden 2025 aikana ei ollut tilastoitavia dopingtapauksia. Edellinen positiivinen testitapaus on ollut vuonna 2019 ja sitä ennen vuosina 2017 sekä 2016. Vuosina 2013–2015 ei ollut dopingtapauksia.

## 10. *MUUT TAPAHTUMAT JA OSALLISTUMISET*

- 18.2.2025 Suomen urheilun eettisen komitean lajiliittokokous etäyhteydellä Kaj Mattila, Jarkko Saapunki ja Tero Hyttinen
- 20.5.2025 Suomen Olympiakomitean kevätkokous, Helsinki, Jarkko Saapunki
- Toiminnanjohtajien kuukausittaiset aamukokouksiin on osallistunut pääsääntöisesti toiminnanjohtaja Jarkko Saapunki sekä puheenjohtaja Tero Hyttinen. Lisäksi toiminnanjohtaja on osallistunut etäyhteydellä mm. Olympiakomitean uudelleenorganisoinnin ja OK:n liikunnallisen elämäntavan useisiin työryhmäkokouksiin.

Kolari 11.4.2026

SUOMEN VOIMANOSTOLIITTO RY  
hallitus