

Klassisen penkkipunnerruksen SM-kilpailut

23.-25.1.2026 Nousiainen

Ryhmäjako ja punnitusjärjestys

M70, N70, N60, N50					
Pe 23.1.2026		Punnitus klo 10:00 - 11:30		Kilpailu klo 12:00	
Ryhmä 1: M70				yht. 15	
Arpanro	Ikäl.	Sarja	Nimi	SV	Seura
1	M70	74	Juhani Rasilainen	1949	TiKa
2	M70	83	Olli Rantanen	1956	I-HV
3	M70	83	Arto Leppänen	1956	VilpVe
4	M70	83	Heikki Rautio	1950	OV-86
5	M70	83	Pekka Valtanen	1954	TiKa
6	M70	93	Eino Antila	1955	SeiVo
7	M70	93	Ari Lehtinen	1954	MY-Power
8	M70	93	Juha Koivisto	1956	HYV
9	M70	93	Timo Poutiainen	1951	OutVe
10	M70	93	Kari Hollsten	1950	RAV
11	M70	105	Harri Tirronen	1953	JoPuPo
12	M70	105	Pertti Mäkeläinen	1951	PV-81
13	M70	105	Bertel Holmlund	1951	NyKK
14	M70	120	Raimo Sandelin	1940	PTVAK
15	M70	120+	Juha Paimen	1956	LaPo
Ryhmä 2: N70, N60				yht. 11	
Arpanro	Ikäl.	Sarja	Nimi	SV	Seura
16	N70	57	Silja Sorokin	1955	HAK
17	N70	76	Irja Määttänen	1954	PomPy
18	N60	52	Johanna Jaaranen	1965	HAK
19	N60	52	Merja Malin	1963	HAK
20	N60	69	Elina Tauriainen	1961	LVK team
21	N60	69	Margetta Salminen	1961	LVK team
22	N60	76	Minna Elgland	1965	HAK
23	N60	84	Riitta Marklund	1963	PV-81
24	N60	84	Mirva-Liisa Rohi	1963	KoVo
25	N60	84+	Tiina Kiviranta	1966	KJ
26	N60	84+	Tiina Karppinen	1966	IOV

Ryhmä 3: N50

yht. 14

Arpanro	Ikäl.	Sarja	Nimi	SV	Seura
27	N50	57	Mervi Sirkä	1972	TNT
28	N50	63	Milla Flinckman	1973	E-IT
29	N50	69	Pirita Ruusulaakso	1975	E-IT
30	N50	76	Pauliina Suomela	1976	HPV
31	N50	84	Johanna Tiitinen	1975	SVV
32	N50	84	Joanna Linna	1974	JP 2000
33	N50	84	Katja Hellsten	1973	LVK team
34	N50	84	Marjaana Vähäsantanen	1976	PomPy
35	N50	84	Marjut Kuismin	1975	FPC
36	N50	84+	Kirsi Lehmuskanta	1972	E-IT
37	N50	84+	Susan Sinimäki	1975	PTVAK
38	N50	84+	Kristiina Ahlgrén	1968	LIKE
39	N50	84+	Anne-Maarit Hyttinen	1973	ToU
40	N50	84+	Katariina Nokua	1973	KaVo

M60**Pe 23.1.2026**

Punnitus klo 13:00 - 14:30

Kilpailu klo 15:00**Ryhmä 4: M60 59 - 93 kg**

yht. 16

Arpanro	Ikäl.	Sarja	Nimi	SV	Seura
41	M60	59	Sampo Pulju	1960	NaVo
42	M60	66	Pekka Kovalainen	1961	KoJy
43	M60	74	Hannu Peräsalo	1962	TVN
44	M60	74	Pekka Nykänen	1965	S-V
45	M60	74	Erkki Rajala	1962	PV
46	M60	74	Stefan Hörhammer	1961	HAK
47	M60	83	Pauli Linna	1957	JP 2000
48	M60	83	Stig-Erik Björkqvist	1960	NyKK
49	M60	83	Vesa Niemi	1964	LoBo
50	M60	83	Harri Vahtolammi	1963	TVN
51	M60	83	Keijo Pasanen	1963	I-HV
52	M60	83	Keijo Stenholm	1964	PP
53	M60	93	Pete Tamminen	1965	LVK team
54	M60	93	Pentti Pitkänen	1965	SVV
55	M60	93	Jari Salste	1965	PV
56	M60	93	Harri Blom	1966	E-IT

Ryhmä 5: M60 105 - 120+ kg

yht. 14

Arpanro	Ikäl.	Sarja	Nimi	SV	Seura
57	M60	105	Ari Aalto	1965	ViVo
58	M60	105	Markku Savolainen	1959	LVK team
59	M60	105	Juha Pohjonen	1966	KoJy
60	M60	105	Jukka Hokkanen	1960	PetPet
61	M60	105	Kari Jämsä	1962	JP 2000
62	M60	105	Kimmo Heinonen	1960	RAV
63	M60	105	Petri Ekman	1965	HVV
64	M60	105	Kari Seliverstow	1962	E-IT
65	M60	105	Rami Eloranta	1966	E-SV
66	M60	105	Heikki Ikonen	1961	TVN
67	M60	120	Jari Kaiho	1963	JVK
68	M60	120	Olli Skogberg	1959	TamRy
69	M60	120+	Jukka Kallionkieli	1966	KaVo
70	M60	120+	Jari Niemelä	1961	RAV

M50**Pe 23.1.2026**

Punnitus klo 15:30 - 17:00

Kilpailu klo 17:30**Ryhmä 6: M50 66 - 93 kg**

yht. 14

Arpanro	Ikäl.	Sarja	Nimi	SV	Seura
71	M50	66	Esa Metsälä	1971	FPC
72	M50	74	Janne Palmu	1969	FPC
73	M50	83	Aki Vesterback	1969	MaxPower
74	M50	83	Tomi Silvast	1974	SaJy
75	M50	83	Sami Leino	1967	RAV
76	M50	83	Marko Korpela	1972	SeiVo
77	M50	83	Sami Oinas	1974	NaVo
78	M50	83	Mikko Fasse	1973	OPT
79	M50	83	Anders Enkvist	1972	PV
80	M50	83	Petri Ronkainen	1972	E-SV
81	M50	83	Janne Kovaniemi	1974	OPT
82	M50	93	Keijo Huttunen	1975	I-HV
83	M50	93	Anssi Juutilainen	1968	LVK team
84	M50	93	Janne Pöntinen	1974	MiVo

Ryhmä 7: M50 105 - 120+ kg

yht. 15

Arpanro	Ikäl.	Sarja	Nimi	SV	Seura
85	M50	105	Jarkko Kemppi	1967	PV-81
86	M50	105	Risto Rouru	1974	OpLi
87	M50	105	Marko Poikolainen	1967	HVV
88	M50	105	Pasi Putkonen	1971	OPT
89	M50	105	Jussi Kuusikko	1975	ViitVi
90	M50	105	Petri Rinkinen	1967	RAV
91	M50	105	Ari Hakulinen	1976	IdVo
92	M50	105	Sami Huhtala	1974	SalVo
93	M50	120	Mika Jokiaho	1969	SeiVo
94	M50	120	Tomi Turpeinen	1974	AavKi
95	M50	120	Janne Jämsä	1974	TVN
96	M50	120	Ville Repokorpi Hakulinen	1973	TVN
97	M50	120+	Tero Lampinen	1972	KeBo
98	M50	120+	Marko Palokoski	1969	PTVAK
99	M50	120+	Juha Strandberg	1974	TamRy

N40

La 24.1.2026

Punnitus klo 8:00 - 9:30

Kilpailu klo 10:00

Ryhmä 8: N40 47 - 76 kg

yht. 11

Arpanro	Ikäl.	Sarja	Nimi	SV	Seura
100	N40	47	Minna Kettunen	1986	IdVo
101	N40	57	Niina Köninki	1981	APW
102	N40	57	Vappu VäliViita	1979	YlöR
103	N40	63	Anu Virtanen	1984	HeTarmo
104	N40	63	Hanna Koskenranta	1981	HAK
105	N40	63	Soila Ranta	1982	PV-81
106	N40	69	Mari Engberg	1982	LVK team
107	N40	69	Tanja Petman	1982	YlöR
108	N40	76	Maria Kumlin	1983	Sawo
109	N40	76	Vilja Kajanti	1983	E-IT
110	N40	76	Hanna Karhu	1984	OPT

Ryhmä 9: N40 84 - 84+ kg

yht. 11

Arpanro	Ikäl.	Sarja	Nimi	SV	Seura
111	N40	84	Henna Simberg	1985	TurSa
112	N40	84	Jessica Sinikoski	1977	KoJy
113	N40	84	Karoliina Santala	1981	PomPy
114	N40	84	Hannele Eerikäinen	1977	HAK
115	N40	84+	Anne Kekäläinen	1980	JuPu
116	N40	84+	Heidi Wasström	1980	KK Eken
117	N40	84+	Katarina Grundfeldt	1983	NIL
118	N40	84+	Nanny Wallén	1984	KK Eken
119	N40	84+	Anni Veck	1982	LVK team
120	N40	84+	Sonja Aaltonen	1986	KaVo
121	N40	84+	Sanna Venäläinen	1982	SVV

M40					
La 24.1.2026		Punnitus klo 10:00 - 11:30		Kilpailu klo 12:00	
Ryhmä 10: M40 59 - 83 kg				yht. 14	
Arpanro	Ikäl.	Sarja	Nimi	SV	Seura
122	M40	59	Juha Matti Englund	1981	RAYVO
123	M40	66	Tommi Tiihonen	1979	TVN
124	M40	66	Tapio Peltokangas	1984	LaPo
125	M40	74	Jani Tuovinen	1979	KEV
126	M40	74	Antti Laamanen	1983	SalVo
127	M40	74	Ville Vaivila	1977	E-IT
129	M40	83	Jani Vaskivuori	1985	LaPo
130	M40	83	Jose Friman	1983	MiVo
131	M40	83	Jari Kaarnais	1980	E-VO
132	M40	83	Kari Hyppönen	1985	KiurU
133	M40	83	Ville Virtanen	1978	RAV
134	M40	83	Lasse Arkela	1978	E-IT
135	M40	83	Aki Pitkänen	1980	JoPuPo
136	M40	83	Teemu Tapanainen	1984	ViVo
Ryhmä 11: M40 93 - 105 kg				yht. 17	
Arpanro	Ikäl.	Sarja	Nimi	SV	Seura
137	M40	93	Ilkka Kemppainen	1980	LoBo
138	M40	93	Lasse Tunturivuori	1978	RAYVO
139	M40	93	Anssi Laukkanen	1977	IOV
140	M40	93	Anssi Malkamäki	1985	HPV
141	M40	93	Jyrki Koivisto	1980	KP
142	M40	93	Sakari Sivonen	1982	OPT
143	M40	105	Teemu Hirvonen	1984	HeTarmo
144	M40	105	Timo Salmi	1985	Vilke
145	M40	105	Niko-Mikael Syri	1984	KoJy
146	M40	105	Petri Haapala	1977	PV-81
147	M40	105	Aleksi Nummi	1978	PV-81
148	M40	105	Jani Syrjälä	1980	PV
149	M40	105	Janne Halmesmäki	1977	LaPo
150	M40	105	Sami Saltiola	1986	Vilke
151	M40	105	Jukka-Pekka Rinkinen	1979	LIKE
152	M40	105	Mikko Hänninen	1983	NIL
153	M40	105	Toni Haapala	1982	PV-81

Ryhmä 12: M40 120 - 120+ kg					yht. 10
Arpanro	Ikäl.	Sarja	Nimi	SV	Seura
154	M40	120	Jussi Hirvimies	1977	TVN
155	M40	120	Tero Tuohenmaa	1983	HuiVo
156	M40	120	Mikko Lähteenmäki	1979	PomPy
157	M40	120	Simo Sistonen	1983	Team365
158	M40	120	Janne Hakala	1979	TamRy
159	M40	120+	Ben Olenius	1981	S-V
160	M40	120+	Kimmo Matilainen	1982	KP
161	M40	120+	Janne Jääskeläinen	1982	FPC
162	M40	120+	Sami Pakkala	1981	PomPy
163	M40	120+	Jyrki Haikama	1981	FPC

N14, N18, M14, M18					
La 24.1.2026		Punnitus klo 13:00 - 14:30		Kilpailu klo 15:00	
Ryhmä 13: N14, N18				yht. 14	
Arpanro	Ikäl.	Sarja	Nimi	SV	Seura
164	N14	57	Neea Huhtala	2013	PomPy
165	N18	52	Sini Heinonen	2008	TamRy
166	N18	52	Nicole Englund	2009	HPT
167	N18	52	Miisa Rantala	2011	PTVAK
168	N18	57	Jenna Tarvainen	2008	PomPy
169	N18	63	Viivi Kainu	2010	HPV
170	N18	63	Saara Pösö	2008	PomPy
171	N18	69	Helka Känkänen	2008	PomPy
172	N18	69	Essi Närvä	2009	E-SV
173	N18	69	Neea Harri	2010	KaVo
174	N18	69	Minttu Huhtala	2010	PomPy
175	N18	76	Julia Lappalainen	2009	IdVo
176	N18	84	Matilda Perttu	2008	KaVo
177	N18	84+	Lydia Leskinen	2008	IdVo

Ryhmä 14: M14, M18 53 - 66 kg					yht. 12
Arpanro	Ikäl.	Sarja	Nimi	SV	Seura
178	M14	53	Lauri Harju	2012	PomPy
179	M14	59	Eelis Salo	2012	PomPy
180	M14	66	Sampo Pakkala	2012	PomPy
181	M14	66	Viljami Rajakangas	2012	PomPy
182	M14	120	Frans Rajakoski	2012	PomPy
183	M18	53	Elias Norrena	2011	PV
184	M18	53	Elias Virtanen	2011	RAV
185	M18	53	Touko Meschini	2009	E-VO
186	M18	59	Julius Virtanen	2011	KaVo
187	M18	59	Valtteri Lavikainen	2008	LVK team
188	M18	66	Jonni Lohenoja	2009	LVK team
189	M18	66	Tyrsky Reunanen	2008	HAK

Ryhmä 15: M18 74 - 120+ kg

yht. 17

Arpanro	Ikäl.	Sarja	Nimi	SV	Seura
190	M18	74	Mauno Kuikka	2008	OSC
191	M18	74	Benjamin Rinne	2009	RAV
192	M18	74	Onni Luukkonen	2008	RautU
193	M18	74	Akseli Teini	2008	PV-81
194	M18	74	Aatu Virta	2008	OSC
195	M18	74	Alexander Björkqvist	2008	NyKK
196	M18	74	Aaro Hakulinen	2008	HAK
197	M18	93	Saku Pekkarinen	2008	OPT
198	M18	93	Jaro Halmela	2008	KaVo
199	M18	93	Niko Harmaala	2008	KeBo
200	M18	93	Max Mäkinen	2010	SalVo
201	M18	93	Lassi Viljanmaa	2009	TVN
202	M18	93	Jooa Toivonen	2008	LIKE
203	M18	105	Sisu Louko	2008	Team365
204	M18	105	Samuel Lehtonen	2008	LIKE
205	M18	105	Tommi Hannukainen	2008	FTR
206	M18	120+	Sebastian Wallen	2009	Team365

N23, M23

La 24.1.2026

Punnitus klo 16:00 - 17:30

Kilpailu klo 18:00

Ryhmä 16: N23

yht. 14

Arpanro	Ikäl.	Sarja	Nimi	SV	Seura
207	N23	63	Siri Nybäck	2007	NyKK
208	N23	63	Jenni Kahri	2003	MeVo
209	N23	63	Milla Haapamäki	2006	OPT
210	N23	69	Oona Kujala	2004	OPT
211	N23	69	Anni Palomäki	2006	OSC
212	N23	69	Nathalie Braun	2005	ÅKK
213	N23	76	Janika Anttila	2003	KJ
214	N23	76	Nathalie Jakobsson	2006	KK Eken
215	N23	84	Jenna Laitinen	2003	FPC
216	N23	84	Nea Santa	2003	RAV
217	N23	84+	Marikki Virtanen	2003	FPC
218	N23	84+	Martta Nieminen	2007	KaVo
219	N23	84+	Janna Huuho	2004	PaPu
220	N23	84+	Patricia Vettenranta	2006	PomPy

Ryhmä 17: M23 66 - 93 kg

yht. 16

Arpanro	Ikäl.	Sarja	Nimi	SV	Seura
221	M23	66	Ville Janhunen	2003	Hkaanto
222	M23	66	Erkki Seppälä	2007	RAV
223	M23	74	Akseli Virta	2006	OSC
224	M23	74	Miska Haukka	2007	OpLi
225	M23	74	Elias Kuusikko	2007	ViitVi
226	M23	74	Tuomas Laurikainen	2005	KP
227	M23	74	Otto Sjuls	2005	ÅKK
228	M23	83	Eeli Kuusikko	2004	ViitVi
229	M23	83	Joonatan Merenluoto	2004	M-Club
230	M23	83	Anton Nykänen	2003	RautU
231	M23	93	Miika Kenakkala	2004	OPT
232	M23	93	Kaapo Turkki	2007	MiVo
233	M23	93	Arttu Korhonen	2004	RautU
234	M23	93	Teemu Luoto	2007	OripVe
235	M23	93	Axel Hiidenheimo	2003	KGB
236	M23	93	Markus Maja	2004	KaVo

Ryhmä 18: M23 105 - 120+ kg

yht. 13

Arpanro	Ikäl.	Sarja	Nimi	SV	Seura
237	M23	105	Akseli Soini	2004	OSC
238	M23	105	Antti Hakamäki	2005	PV-81
239	M23	105	Eetu Forsell	2007	ViVo
240	M23	105	Hermann Järvenpää	2003	PomPy
241	M23	105	Olli Tura	2003	PyY
242	M23	105	Mikail Ekinci	2004	OSC
243	M23	105	Kimmo Mäkinen	2006	PV-81
244	M23	120	Eero Ruokoski	2007	PomPy
245	M23	120	Mico Hämäläinen	2006	LVK team
246	M23	120+	Mikael Salomäki	2003	KaVo
247	M23	120+	Jesse Miettinen	2005	JuPu
248	M23	120+	Ossi Rantala	2005	PTVAK
249	M23	120+	Leevi Grönholm	2004	PyY

Naiset avoin

Su 25.1.2026

Punnitus klo 8:00 - 9:30

Kilpailu klo 10:00

Ryhmä 19: N 47 - 63 kg

yht. 12

Arpanro	Ikäl.	Sarja	Nimi	SV	Seura
250	N	47	Ellen Nirhamo	1998	PARAPWR
251	N	47	Minna Kettunen	1986	IdVo
252	N	52	Juulia Kauppinen	1998	VarpVi
253	N	52	Sanna Kranjc	1988	HYV
254	N	52	Johanna Kuronen	1988	LVK team
255	N	57	Niina Köninki	1981	APW
256	N	57	Jenni Henriksson	1992	TurSa
257	N	63	Minna Pohjola	1985	RAV
258	N	63	Maria Karjalainen	1990	JoPuPo
259	N	63	Linda Launiainen	1989	HAK
260	N	63	Neea Flyktman	2000	VilpVe
261	N	63	Salla Tanskanen	1998	Team365

Ryhmä 20: N 69 - 76 kg

yht. 13

Arpanro	Ikäl.	Sarja	Nimi	SV	Seura
262	N	69	Milla Haapamäki	2006	OPT
263	N	69	Helmi Penttilä	1993	KJ
264	N	69	Tuulia Lohivuo	1997	KaVo
265	N	69	Miia Niemistö	2000	PTVAK
266	N	69	Roosa Valkola	1998	OPT
267	N	69	Sanna Viiperi	1995	NPower
268	N	76	Mette Bärling	1998	HeTarmo
269	N	76	Pauliina Suomela	1976	HPV
270	N	76	Suvi-Maaria Heinonen	2002	TamRy
271	N	76	Johanna Kainulainen	2002	PaPu
272	N	76	Terhi Laine	2001	TVN
273	N	76	Dea Henrikson	1982	ÅKK
274	N	76	Leena Saastamoinen	1991	KiurU

Ryhmä 21: N 84 - 84+ kg					yht. 17
Arpanro	Ikäl.	Sarja	Nimi	SV	Seura
275	N	84	Heini Myller	1990	IdVo
276	N	84	Jenna Laitinen	2003	FPC
277	N	84	Mira Lahtinen	1987	SaJy
278	N	84	Aurora Jokela	2000	LoBo
279	N	84	Ella Okko	2000	HAK
280	N	84	Malin Olofsson	1988	ÅKK
281	N	84+	Johanna Laitinen	1986	TNT
282	N	84+	Ronja Koskinen	2000	OpLi
283	N	84+	Julia Airaksinen	1999	SVV
284	N	84+	Niina Ahola	1987	PomPy
285	N	84+	Miina Saxlund	1993	LVK team
286	N	84+	Elina Jokiniemi	1994	KaVo
287	N	84+	Heidi Mikkonen	1990	AVo
288	N	84+	Emilia Lehtola	1995	PyY
289	N	84+	Roosa Setälä	1994	AVo
290	N	84+	Piia-Marjukka Sankari	1990	PLP
291	N	84+	Jenni Jatila	1988	HeTarmo

Miehet avoin 59 - 83 kg					
Su 25.1.2026		Punnitus klo 11:00 - 12:30		Kilpailu klo 13:00	
Ryhmä 22: M 59 - 74 kg				yht. 9	
Arpanro	Ikäl.	Sarja	Nimi	SV	Seura
292	M	59	Juha Matti Englund	1981	RAYVO
293	M	66	Aapo Jokela	2000	LVK team
294	M	66	Otto-Oiva Harrikari	1994	Hkaanto
295	M	66	Tenho Talvensaari	1999	OPT
296	M	66	Ossi Grönlund	1985	TVN
297	M	66	Tapio Peltokangas	1984	LaPo
298	M	74	Otto Sjuls	2005	ÅKK
299	M	74	Erkki Rajala	1962	PV
300	M	74	Jani Haapamäki	1979	OPT
Ryhmä 23: M 83 kg				yht. 9	

Miehet avoin 93 - 120+ kg

Su 25.1.2026

Punnitus klo 13:00 - 14:30

Kilpailu klo 15:00

Ryhmä 24: M 93, 120 kg

yht. 12

Arpanro	Ikäl.	Sarja	Nimi	SV	Seura
310	M	93	Eelis Hannuksela	1994	TVN
311	M	93	Perttu Riipinen	1992	JVK
312	M	93	Arttu Korhonen	2004	RautU
313	M	93	Toni Silvennoinen	1989	HPV
314	M	93	Tony Peltonen	1993	S-V
315	M	93	Alexandre Angleraud	1995	Hkaanto
316	M	93	Mikko Nuolioja	1994	TVN
317	M	93	Veikka Pussinen	2002	JoPuPo
318	M	120	Aaron Nordberg	2002	ÅKK
319	M	120	Simo Sistonen	1983	Team365
320	M	120	Niklas Lepoaho	1999	Hkaanto
321	M	120	Matias Hyttinen	1995	HPV

Ryhmä 25: M 105, 120+ kg

yht. 14

Arpanro	Ikäl.	Sarja	Nimi	SV	Seura
322	M	105	Joni Tajakka	1992	OPT
323	M	105	Pekka Kulju	1984	ÄmVoima
324	M	105	Timo Salmi	1985	Vilke
325	M	105	Joonas Vuorinen	1996	RAV
326	M	105	Simon Kanckos	1994	NyKK
327	M	105	Santtu Turunen	1995	JVK
328	M	105	Sami Pullinen	1983	Team365
329	M	120+	Janne Jääskeläinen	1982	FPC
330	M	120+	Niku Ketola	1998	LaPo
331	M	120+	Santeri Saariokari	2002	Team365
332	M	120+	Antti Tommila	1989	PomPy
333	M	120+	Kimmo Matilainen	1982	KP
334	M	120+	Jyrki Haikama	1981	FPC
335	M	120+	Ben Olenius	1981	S-V