



SUOMEN VOIMANOSTOLIITTO RY

TOIMINTAKERTOMUS VUODELTA 2016



www.suomenuoimanolitto.fi

SISÄLLYSLUETTELO

1.	<i>HALLINTO</i>	3
2.	<i>JÄSENSEURAT</i>	4
3.	<i>HARRASTAJAT</i>	4
4.	<i>VIESTINTÄ- JA JULKAISUTOIMINTA</i>	5
5.	<i>KOULUTUS- JA VALMENNUSTOIMINTA</i>	5
6.	<i>KANSAINVÄLINEN TOIMINTA</i>	5
7.	<i>TALOUS</i>	7
8.	<i>KILPAILUTOIMINTA</i>	8
	<i>SUOMEN MESTARIT VUONNA 2016</i>	10
	<i>KANSAINVÄLISET MESTARUUSKILPAILUT, suomalaisten tulokset ja sijoitukset, maiden ranking</i>	17
	<i>SUOMALAISET MITALISTIT VUODEN 2016 KANSAINVÄLISISSÄ MESTARUUSKILPAILUISSA</i>	25
9.	<i>VUODEN 2016 PARHAAT</i>	29
10.	<i>ANTIDOPING</i>	30
11.	<i>MUUT TAPAHTUMAT JA OSALLISTUMISET</i>	30

SUOMEN VOIMANOSTOLIITTO RY

TOIMINTAKERTOMUS VUODELTA 2016

1. HALLINTO

Liiton toimintaa hoitaa hallitus, jonka puheenjohtajana toimi kertomusvuonna Tero Hyttinen. Varapuheenjohtajana toimi Risto Mäki ja sihteerinä Jari Rantapelkonen. Muut hallituksen jäsenet olivat Kimmo Jouhki (erosi hallituksen jäsenyydestä 4.2.2016), Heikki Orasmaa, Ville Orasmaa ja Harri Hagfors. Hallituksen 1. varajäsenenä oli Mika Honkaniemi ja 2. varajäsen Margetta Salminen.

Hallitukselle raportoivan nuorisovaliokunnan puheenjohtajana toimi kertomusvuonna Samuel Lappalainen (JoPuPo). Muut valiokunnan jäsenet olivat Jari Rantapelkonen (RiKi), Jan Lipponen (TNT) ja Seppo Sohlman (TNT).

Mastersvaliokunnan puheenjohtajana toimi hallituksen jäsen Risto Mäki (KGB). Muut jäsenet olivat Voitto Ahopelto (YlöR), Seppo Flink (HartVo), Harri Hagfors (Huima), Rami Huovinen (SalVo), Joanna Linna (JP 2000), Katariina Nokua (HSU) ja Mervi Sirkiä (TNT).

Viestintävaliokunnan puheenjohtaja toimi lehden päätoimittaja Anni Vuohijoki. Muut jäsenet olivat: liiton sihteeri Jari Rantapelkonen, Voimanostaja -lehden taitosta, painosta ja jakelusta vastannut Antti Savolainen (TNT), Sanna Apuli (Py-Pa), Jussi Jokinen (TNT), Timo Lillbacka (HAK) sekä lehden päätoimittaja Heikki Virtanen (HPV).

Arto Hannolin (HAK) toimi valmennusvaliokunnan puheenjohtajana. Samuel Lappalainen, Kaj Mattila (Taimi) ja Jari Rantapelkonen olivat valiokunnan jäseniä.

Tuomarivaliokunnan puheenjohtajana ja samalla tuomarivastaavana toimi Margetta Salminen (LVK team). Valiokunnan muut jäsenet olivat Harri Hagfors, Arto Hannolin, Tero Hyttinen (AavKi), Mika Honkaniemi (PV) ja Kalevi Sorsa (KP).

Maajoukkue koordinaattorina toimi Tommi Paavilainen (KP) avoimen luokan varustevoimanostossa, Seppo Sohlman (TNT) avoimen luokan klassisessa nostamisessa, Samuel Lappalainen nuorten sekä Risto Mäki mastersit.

Liitolle myönnettyjen valtionavustusten pienuudesta johtuen liitolla ei ole ollut varaa palkata ainoatakaan toimihenkilöä. Liiton toiminta on hoidettu järjestöpohjalta, hallitukseen valittujen henkilöiden oman toimen ohella. Ainoastaan liiton sihteerille ja kirjanpitäjälle on maksettu palkkiota välttämättömien päivittäisten tehtävien hoitamisesta.

Liiton kevätkokous pidettiin 16.4.2016 ja syyskokous 22.10.2016 Riihimäellä.

Hallituksen kokouksia pidettiin kertomusvuonna yhteensä kahdeksan kertaa. Niiden lisäksi hallitus teki päätöksiä myös sähköpostitse. Sähköpostitse tehdyt päätökset on kirjattu hallituksen kokousten pöytäkirjoihin.

Liiton toiminnantarkastajan toimi Ilkka Metsäterä Riihimäeltä. Varatoiminnantarkastaja oli Tapani Orha Hyvinkäältä.

Liiton ennätysrekisterin sekä rankingtilastojen ylläpitämisestä on 1.1.2013 lähtien vastannut Timo Salminen (So-Vi). Tilastot ovat Salmisen tekemässä ja ylläpitämässä tietokantaohjelmassa Livescoresheet.com.

Voimamaljatilastosta on vastannut Kalevi Sorsa (KP). Pohjoismaiden ennätysrekisteriä ylläpitää Timo Heiskanen (M-Club).

2. JÄSENSEURAT

Uusiksi jäsenseuroiksi v. 2016 hyväksyttiin: Vilke ry (Vilke), Petäjäveden Petäjäiset ry (PetPet), Vuosaaren Voima-Viikingit ry (VVV), Lohtajan Veikot ry (LoVe), Pieksämäen Voimailijat ry (PieVo), Rauta-Pantherit ry (RaPa), K3 Strenght + Endurance ry (K3), CF Kuopio Barbell Club ry (CFKBBC) ja Sportbull Seinäjoki ry (SBS).

Liitossa oli kertomusvuoden lopussa yhteensä 131 jäsenseuraa.

Tervon Urheilijat ry ja Hakalan Urheiluseura ry ilmoittivat liitolle eroavansa liiton jäsenyydestä 1.1.2017 lukien. Jäsenseurat, jotka eivät maksaneet jäsenmaksua vuonna 2016 olivat Asikkala Power ry, Joroisten Urheilijat ry, Kempele fight team ry, Paimion Voimailijat ry, Riihimäen Kisko ry, Team Skip ry, Team Voimalaitos ry, Tornion Voimanosto Team-94 ry ja Utajärven Urheilijat ry. Nämä katsotaan eronneiksi Suomen Voimanostoliitto ry:stä 1.1.2017 alkaen. Vuoden 2017 alussa liitossa on täten 120 jäsenseuraa.

3. HARRASTAJAT

Kansallisen liikuntatutkimuksen 2009–2010 mukaan voimanoston harrastajia on 19–65-vuotiaiden keskuudessa yhteensä n. 9000. Edelliseen liikuntatutkimukseen (2005–2006) verrattuna harrastajien määrä on kasvanut 500:lla.

Seurojen yhdyshenkilöiltä vuodenvaihteessa saadun tiedon mukaan liiton jäsenseuroissa on n. 5 000 voimanoston harrastajaa. Kilpailulisenssin omaavia heistä oli kertomusvuoden lopussa 948, joista naisia 233 eli 24,6 %. Antidopingsopimuksen solmineita oli 1 448 henkilöä, heistä lisenssiä ei ollut 500 henkilöllä ja lisäksi kolme henkilöä oli lunastanut lisenssin solmimatta antidopingsopimusta.

2016	31.12.2016	
Ikäl.	SV	Lkm.
14	>=2002	13
17	>=1999	42
20	>=1996	68
23	>=1993	90
40	<=1976	186
50	<=1966	112
60	<=1956	59
70	<=1946	28
avoin	>1976	350
		948
Lisenssin haltijoista		
233	naista	24,6 %
715	miestä	75,4 %
948	yht.	

Taulukko 1: Liiton lisenssin lunastaneet ikäluokittain.

Lisenssit ikäluokittain/sukupuolittain			
Ikäl	N	M	N
14	5	8	38,5 %
17	17	25	40,5 %
20	13	55	19,1 %
23	29	61	32,2 %
40	47	139	25,3 %
50	15	97	13,4 %
60	6	53	10,2 %
70	1	27	3,6 %
avoin	100	250	28,6 %
	233	715	24,6 %

Taulukko 2: Lisenssin lunastaneet ikäluokittain ja sukupuolen mukaan.

4. VIESTINTÄ- JA JULKAISUTOIMINTA



Liiton pääasiallisena viestintäkanavana on käytetty liiton verkkosivuja www.suomenvoimanosoliitto.fi. Sivustolla oli kertomusvuonna n. 400.000 käyntiä. Sähköiseen viestintään on käytetty myös liiton facebook-sivuja.

Voimanostaja-lehti ilmestyi neljä kertaa v. 2016. Liiton verkkosivujen ja facebook - sivujen lisäksi lehteä on käytetty liiton virallisena tiedotuskanavana jäsenseuroille. Lehden päätoimittajana toimivat vuoron perään Anni Vuohijoki ja Heikki Virtanen. Lehden taitovaiheessa Sanna Apuli on avustanut lehden teossa. Lehden taitosta on vastannut Zeroten Oy.

5. KOULUTUS- JA VALMENNUSTOIMINTA



Vuonna 2016 järjestettiin Taso-1 valmennuskurssi Suomen Painonnostoliiton kanssa. Kurssille osallistuivat ja kurssin suorittivat: Jouko Kiesiläinen, Sari Uski, Markus Pankakoski, Heikki Marin, Lasse Mäkelä, Lauri Vuohensilta, Anni Vuohensilta ja Jan-Erik Rantanen. Kymmenellä osallistujalla on kurssi vielä kesken.

Koulutusyhteistyötä Suomen Painonnostoliiton ja Vierumäen urheiluopiston kanssa jatketaan vuonna 2017. Viime vuonna pidettiin kaksi Taso 1 koulutusta. Joulukuussa 2016 alkoi Taso 2 koulutus, johon on ilmoittautunut kuusi voimanostajaa

IPF:n ja EPF:n valmentajakoulutukseen ei tänä vuonna ollut osallistujia. Liiton tuomarikouluttajina toimivat kv. I-luokan tuomarit.

Kansallisen I-luokan tuomarikokeen vuonna 2016 läpäisivät Ismo Parkkinen (HPV), Jarmo Arvaja (LVK team), Juha Leppänen (JP 2000) ja Kaj Mattila (Taimi).

Kansallisen II-luokan tuomarikoetilaisuuksia pidettiin seurojen tilauksesta viisi kertaa. II-luokan kokeen läpäisi yhteensä 31 kokeilasta eli 86,1 % kokeeseen osallistuneista. Hylättyjä suorituksia oli viisi.

6. KANSAINVÄLINEN TOIMINTA

Otettiin osaa seuraaviin kansainvälisiin mestaruuskisoihin (MM, EM ja PM-kisat):

Voimanosto, nuorten PM, 18. – 20.2.2016, Katrineholm, Ruotsi

Klassisen voimanosto EM, avoin ja nuoret, 7. – 12.3.2016, Tartto, Viro

SELL Student Games, 13. – 15.5.2016, Tampere, Suomi

Penkkipunnerrus, veteraanien MM, 13.–16.4.2016, Rödby, Tanska

Voimanosto, miesten ja naisten EM, 10.–14.5.2016, Pilsen, Tšekki

Penkkipunnerrus, avoin ja nuorten (18 v ja 23 v) MM, 18.–21.5.2016, Potchefstroom, Etelä-Afrikka

Klassinen voimanosto MM, 19.–26.6.2016, Killeen, USA
Voimanosto, veteraanien EM, 12.–16.7.2016, Pilsen, Tšekki
Penkkipunnerrus, miesten ja naisten EM, 18.–20.8.2016, Rödby, Tanska
Voimanosto, Länsi-Euroopan mestaruuskisat, 8.–10.9.2016, paikka, Italia
Voimanosto, veteraanien MM, 2.–8.10.2016, Tallinna, Viro
Penkkipunnerrus, veteraanien EM, 13.–15.10.2016 Hamm, Luxemburg
Voimanosto, miesten ja naisten MM, 7.–12.11.2016, Orlando, USA

Suomeen myönnetyt arvokilpailut:

Klassisen penkkipunnerruksen EM-kilpailut järjestetään Ylitorniolla 9. – 13.8.2017
Klassisen penkkipunnerruksen MM-kilpailut järjestetään Vantaalla 14. – 19.5.2018

Kansainvälisissä tehtävissä ovat toimineet:

Liitto/Suomea edustavat kansainvälisissä järjestötehtävissä:

Kalevi Sorsa on ollut Kansainvälisen Voimanostoliiton (IPF) antidopingkomitean sekä muutoksenhakukomitean (Appeal Committee) jäsen. Toimii IPF:n Law and Legislation Committeeen puheenjohtajana. Hän tekee IPF:n rankingtilastot ja huolehtii niiden päivityksestä.

Jari Rantapelkonen on ollut IPF:n kurinpitokomitean jäsen ja Euroopan Voimanostoliiton (EPF) lainsäädäntökomitean puheenjohtaja sekä EPF:n hallituksen jäsen.

Tero Hyttinen on ollut Pohjoismaiden Voimanostoliiton (NPF) hallituksen jäsen.

Mervi Sirkkiä on ollut Kansainvälisen Voimanostoliiton (IPF) Entourage Comissionin jäsen.

Muu kansainvälinen toiminta:

Kalevi Sorsa otti osaa 9.5.2016 EPF:n yleiskokoukseen Tšekin Pilsenissä.

Tero Hyttinen otti osaa 6.11.2016 USA:n Orlandossa pidettyyn IPF:n yleiskokoukseen.

Tuomaritoimintaan kansainvälisissä kisoissa osallistuivat seuraavat kansainväliset tuomarit:

Harri Hagfors
Arto Hannolin
Mika Honkaniemi
Tero Hyttinen
Jarmo Kotomäki
Ville Orasmaa
Matti Rajaniemi
Jari Rantapelkonen
Margetta Salminen
Mervi Sirkkiä
Ilkka Seppälä
Kalevi Sorsa
Johan Westerberg

Timo Heiskanen suoritti kansainvälisen II luokan tuomarikokeen hyväksytysti Pilsenissä Tšekissä Mastersien varustevoimanoston EM-kilpailuiden yhteydessä ja Helena Kvist Tallinnassa Virossa varustevoimanoston Mastersien MM-kilpailuissa.

7. TALOUS

Kertomusvuodelta laadittu tilinpäätös osoittaa 31.333,83 euron ylijäämää, joka on kirjattu lisäyksenä liiton omaan pääomaan.

Lisenssituotot olivat kertomusvuonna 66.145,09 euroa, jossa on lisäystä edelliseen vuoteen verrattuna 2.139,19 euroa.

Jäsenmaksutuottoja saatiin kertomusvuonna 24.650,00 euroa. Liiton jäsenmaksun maksaneita seuroja oli vuoden lopussa 121 eli kaksi enemmän kuin edellisen vuoden lopussa. Kolme seuraa maksoi vuoden 2015 jäsenmaksun ja yksi seura vuoden 2017 jäsenmaksun vuoden 2016 puolella.

Valtion toiminta-avustusta liitto sai 55.000 euroa. Avustus oli 5.000,00 euroa suurempi kuin edellisenä vuonna saatu avustus.

Kansainvälisiin kisamatkoihin käytettiin 43.651,11 euroa, mikä on 27.396,99 euroa edellisvuotta vähemmän.

Kilpailutoiminnan kokonaiskulut olivat 84.871,39 euroa ja tuotot ilman lisenssituottoja olivat 73.470,00 euroa. Kilpailutoiminnan tappio oli siten 11.401,39 euroa.

Julkaisutoiminnan (Voimanostaja-lehti) laskennallinen tappio oli 15.873,68 euroa.

Henkilöstökulut sosiaalikuluihin ja vakuutuksiin olivat 28476,97 euroa. Kulut johtuvat liiton sihteerille ja kirjanpitäjälle maksetuista palkkioista.

Liiton syyskokouksen 2015 päättämät kulukorvaukset vuonna 2016 olivat:

- SVNL:n kilometrikorvaus oman auton käytöstä oli 0,35 euroa/km.
- SM-kilpailuihin valituille tuomareille ja muille SM-kisoissa liiton puolesta virkailijana toimiville maksettiin päivärahaa matkan kestoon perustuen. Kokopäiväraha (yli 10 tunnin matka) oli 27,50 euroa ja osapäiväraha 14,00 euroa (6-10 tunnin matka).
- Kv. kilpailuihin ulkomailla osallistuville liiton nimeämille virkailijoille maksettiin ulkomaan kokopäivärahaa 30 euroa/pv täysien matkapäivien (kisapäivien) ajalta. Ulkomaan osapäiväraha oli 15 euroa.
- Hallituksen ja jaostojen kokousten kokousmatkoista ei makseta päivärahaa. Hallituksen kokoukseen osallistuville hallituksen jäsenille maksetaan 25,00 euron suuruinen kokouskulukorvaus.

Liiton hallituksen päätöksillä maksettiin kulukorvauksia vuonna 2016 seuraavasti:

- Liiton puheenjohtajalle oman puhelinliittymän, internetyhteyden, työtilan ja – välineiden käytöstä 400 €/kk.
- Liiton verkkosivujen moderaattorille 100 €/kk työtilan ja -välineiden käytöstä.
- Ennätystilastojen ja rankingin päivittämisestä aiheutuvista tietokannan ylläpitoon liittyvistä työtilan ja -välineiden käytöstä 1 500 €/vuosi.
- Tulosten siirtoon kotisivuille ym. asiantuntijatehtävistä oman puhelimen, työtilan ja -välineiden käytöstä sekä Voimamalja-tilaston ylläpidosta 250 €/kk.
- Voimanostaja-lehden päätoimittajalle 600 €/lehti puhelimen, työtilan ja -välineiden käytöstä.
- Jaostojen puheenjohtajille maksettiin 30 €/kk oman puhelimen, työtilan ja – välineiden käytöstä.

8. KILPAILUTOIMINTA

Lisenssin lunastaneita urheilijoita liitossa oli 948 vuoden 2016 lopussa, vuonna 2016 lunastettuja lisenassejä oli 958, vuonna 2015 901, vuonna 2013 844 ja vuonna 2012 yhteensä 798. Nuorten (14 ja 17 v.) 35 euron hintaisen lisenssin lunastaneita oli 55, vuonna 2015 66, kun niitä vuonna 2014 oli 58 (vuonna 2014 ei vielä ollut alle 14 vuotiaiden ikäluokkaa).

Lisenssit jakautuivat ikäluokittain seuraavasti:

	v. 2016	v.2015	v. 2014	v.2013	v. 2012
Nuoret 14 v.	13 hlöä	23 hlöä			
Nuoret 17 v.	42 hlöä	43 hlöä	58 hlöä	52 hlöä	61 hlöä
Nuoret 20 v.	68 hlöä	87 hlöä	93 hlöä	97 hlöä	85 hlöä
Nuoret 23 v.	90 hlöä	86 hlöä	82 hlöä	60 hlöä	54 hlöä
Avoim luokka	350 hlöä	352 hlöä	336 hlöä	310 hlöä	291 hlöä
Mastersit 40-49 v.	186 hlöä	184 hlöä	160 hlöä	136 hlöä	143 hlöä
Mastersit 50-59 v.	112 hlöä	101 hlöä	88 hlöä	118 hlöä	91 hlöä
Mastersit 60-69 v.	59 hlöä	57 hlöä	59 hlöä	46 hlöä	48 hlöä
Mastersit 70+ v.	28 hlöä	25 hlöä	25 hlöä	18 hlöä	18 hlöä
Naisia yhteensä	233	216	158	111	91
Miehiä yhteensä	715	742	743	733	700
Kaikki yhteensä	948	958	901	844	791

Lukuun ottamatta 23-vuotiaiden ikäluokkaa kaikissa muissa juniori-ikäluokissa vähenivät vuoden lopussa lunastettujen lisenssien määrät vuoden 2016 lopussa. Niukka kahden lisenssi alenema oli myös avoimessa luokassa. Sen sijaan Mastersikäluokissa lunastettujen lisenssien määrät vuoden lopussa nousivat edellisen vuoden vastaavaan ajankohtaan verrattuna.

Klassinen voimanosto - 10 parasta Wilksin pisteissä, miehet:

*)klassinen

Sija	Nimi/SV	Seura	Paino	Yht. tulos	Pisteet	Pvm.	Paikkakunta
1.	Antti Savolainen / 78	TNT	65.73	639.0	503.60	9.12.2016	Vuokatti *
2.	Sami Nieminen / 75	KPU	73.86	682.5	491.40	19.6.2016	Killeen *
3.	Jari Saario / 85	JuPu	133.80	867.5	488.23	5.11.2016	Outokumpu *
4.	Tero Seppänen / 72	HauVo	146.94	867.5	481.38	11.12.2016	Vuokatti *
5.	Antti Tommila / 89	PV-81	146.04	862.5	479.03	19.6.2016	Killeen *
6.	Mikko Ronkainen / 87	OPT	82.84	715.0	477.98	10.12.2016	Vuokatti *
7.	Mikko Muttonen / 87	SaJy	92.79	755.0	474.74	10.12.2016	Vuokatti *
8.	Pasi Sipiläinen / 78	NoVo	73.80	652.5	470.26	5.3.2016	Tartu *
9.	Toni Väisänen / 91	VarpVi	73.75	650.0	468.46	14.5.2016	Tampere *
10.	Markus Suomela / 92	HuiVo	104.70	780.0	466.60	5.3.2016	Tartu *

Klassinen voimanosto - 10 parasta Wilksin pisteissä, naiset:

*)klassinen

Sija	Nimi/SV	Seura	Paino	Yht. tulos	Pisteet	Pvm.	Paikkakunta
1.	Hanna Rantala / 82	LaVo	51.58	380.0	476.56	9.12.2016	Vuokatti *
2.	Stina Lindell / 88	ÅKK	62.28	423.0	458.15	9.12.2016	Vuokatti *
3.	Hanna Seppä / 93	HeTarmo	51.47	363.5	456.56	19.11.2016	Virkkala *
4.	Johanna Kankus / 84	KP	71.00	459.0	452.21	5.3.2016	Tartu *
5.	Satu Pylväs / 94	KoJy	55.76	377.5	445.41	9.12.2016	Vuokatti *
6.	Johanna Forsström / 88	OrVo	51.26	340.0	428.30	21.8.2016	Helsinki *
7.	Marcela Sandvik / 74	ÅKK	51.70	340.0	425.75	9.12.2016	Vuokatti *
8.	Tiina Marjusaari / 77	KoJy	51.80	340.0	425.14	15.10.2016	Pietarsaari *
9.	Satu Sakko / 94	KoJy	55.45	355.0	420.64	5.3.2016	Tartu *
10.	Henna Simberg / 85	KaVo	70.65	417.5	412.53	10.12.2016	Vuokatti *

Varustevoimanosto - 10 parasta Wilksin pisteissä, miehet:

*) klassinen

Sija	Nimi/SV	Seura	Paino	Yht. tulos	Pisteet	Pvm.	Paikkakunta
1.	Antti Savolainen / 78	TNT	65.80	762.5	600.24	14.11.2016	Orlando
2.	Ove Lehto / 72	ÅKK	149.12	1065.0	589.80	5.2.2016	Ylitornio
3.	Kenneth Sandvik / 75	ÅKK	141.45	1037.5	578.92	14.11.2016	Orlando
4.	Jari Martikainen / 75	JuPu	143.23	985.0	548.64	5.2.2016	Ylitornio
5.	Jussi Kangasvieri / 87	NPower	104.49	890.0	532.75	11.5.2016	Pilsen
6.	Tomi Määttä / 82	NPower	110.55	890.0	522.88	1.10.2016	Sotkamo
7.	Jarkko Perttula / 93	Py-Pa	93.00	820.0	515.12	5.2.2016	Ylitornio
8.	Vesa Mattila / 80	VilpVe	89.95	800.0	510.72	10.9.2016	Tampere
9.	Samuli Kokkarinen / 77	KajKu	82.75	757.5	506.39	1.10.2016	Sotkamo
10.	Antti Karesola / 82	PorHT	82.95	745.0	497.29	7.5.2016	Kontula

Varustevoimanosto - 10 parasta Wilksin pisteissä, naiset:

*) klassinen

Sija	Nimi/SV	Seura	Paino	Yht. tulos	Pisteet	Pvm.	Paikkakunta
1.	Riina Lahti / 80	KoJy	62.47	467.5	505.13	11.5.2016	Pilsen
2.	Marcela Sandvik / 74	ÅKK	51.65	402.5	504.01	11.5.2016	Pilsen
3.	Sanna Apuli / 81	Py-Pa	46.88	370.0	498.39	5.2.2016	Ylitornio
4.	Hanna Rantala / 82	LaVo	51.58	380.0	476.56	9.12.2016	Vuokatti *
5.	Stina Lindell / 88	ÅKK	62.28	423.0	458.15	9.12.2016	Vuokatti *
6.	Hanna Seppä / 93	HeTarmo	51.47	363.5	456.56	19.11.2016	Virkkala *
7.	Johanna Kankus / 84	KP	71.00	459.0	452.21	5.3.2016	Tartu *
8.	Katariina Nokua / 73	HSU	108.98	552.5	450.12	3.10.2016	Tallinn
9.	Satu Pylväs / 94	KoJy	55.76	377.5	445.41	9.12.2016	Vuokatti *
10.	Hanna-Mari Maaninen / 80	RKV-86	82.11	492.5	444.38	5.2.2016	Ylitornio

Klassinen penkkipunnerrus - 10 parasta Wilksin pisteissä, miehet:

*) klassinen

Sija	Nimi/SV	Seura	Paino	Tulos	Pisteet	Pvm.	Paikkakunta
1.	Fredrik Smulter / 83	MIF	150.32	260.0	143.81	3.12.2016	Pietarsaari *
2.	Timo Hokkanen / 79	HuiVo	117.55	245.0	141.54	15.5.2016	Potchefstroom *
3.	Ove Lehto / 72	ÅKK	150.25	251.0	138.83	28.5.2016	Maarianhamina *
4.	Tero Seppänen / 72	HauVo	146.94	247.5	137.34	11.12.2016	Vuokatti *
5.	Risto Joensuu / 88	HPV	89.38	212.5	136.13	3.12.2016	Pietarsaari *
6.	Sami Pullinen / 83	Team365	104.75	222.0	132.76	5.3.2016	Tartu *
7.	Markku Väisänen / 65	SVV	82.50	192.5	128.96	9.1.2016	Loppi *
8.	Pekka Kulju / 84	So-Vi	91.75	202.5	128.00	20.2.2016	Kokkola *
9.	Marko Saarimaa / 71	SeiVo	65.34	160.0	126.75	3.12.2016	Pietarsaari *
10.	Pauli Kouki / 89	Hektor	64.34	157.5	126.39	3.12.2016	Pietarsaari *

Penkkipunnerrus (klassinen) - 10 parasta Wilksin pisteissä, naiset:

*) klassinen

Sija	Nimi/SV	Seura	Paino	Tulos	Pisteet	Pvm.	Paikkakunta
1.	Hanna Rantala / 82	LaVo	51.58	100.0	125.41	9.12.2016	Vuokatti *
2.	Susanna Virkkunen / 73	S-V	68.81	112.5	113.28	3.12.2016	Pietarsaari *
3.	Susanna Törrönen / 98	S-V	74.44	116.5	111.32	25.9.2016	Tampere *
4.	Marcela Sandvik / 74	ÅKK	51.51	87.5	109.90	3.12.2016	Pietarsaari *
5.	Johanna Kankus / 84	KP	71.55	107.5	105.41	10.12.2016	Vuokatti *
6.	Johanna Forsström / 88	LVK team	51.63	80.0	100.33	3.12.2016	Pietarsaari *
7.	Anette Tunkkari / 83	KoJy	69.58	100.0	99.88	3.12.2016	Pietarsaari *
8.	Tiina Marjusaari / 77	KoJy	50.72	77.5	98.51	3.12.2016	Pietarsaari *
9.	Tiina Sarlin / 74	KarKa	54.10	80.0	96.70	15.10.2016	Ylitornio *

10. Heli Jokela / 94 KoJy 62.18 89.0 **96.51** 3.12.2016 Pietarsaari *

Varustepennkipunnerrus - 10 parasta Wilksin pisteissä, miehet:

*) klassinen

Sija	Nimi/SV	Seura	Paino	Tulos	Pisteet	Pvm.	Paikkakunta
1.	Fredrik Smulter / 83	MIF	154.96	390.0	214.77	19.4.2016	Rodby
2.	Ove Lehto / 72	ÅKK	148.85	375.0	207.71	7.5.2016	Maarianhamina
3.	Kenneth Sandvik / 75	ÅKK	142.60	357.5	199.23	18.8.2016	Keflavik
4.	Simon Kankkonen / 82	NPower	92.40	290.0	182.73	18.8.2016	Keflavik
5.	Lasse Leinonen / 73	JoPuPo	119.35	305.0	175.59	13.10.2016	Hamm
6.	Tuomas Nikkilä / 78	TamRy	73.35	222.5	161.13	26.12.2016	Forssa
7.	Henrikki Syrjälä / 71	PV	73.05	220.0	159.81	7.5.2016	Kokkola
8.	Antti Savolainen / 78	TNT	65.80	200.0	157.44	14.11.2016	Orlando
9.	Mikko Tiensuu / 78	TamRy	103.98	260.0	155.90	7.2.2016	Ylitornio
10.	Tomi Vikla / 70	JoPuPo	82.88	232.5	155.31	19.4.2016	Rodby

Varustepennkipunnerrus - 10 parasta Wilksin pisteissä, naiset:

*)klassinen

Sija	Nimi/SV	Seura	Paino	Tulos	Pisteet	Pvm.	Paikkakunta
1.	Marcela Sandvik / 74	ÅKK	51.72	125.0	156.52	19.4.2016	Rodby
2.	Hanna-Mari Maaninen / 80	RKV-86	82.11	145.0	130.83	5.2.2016	Ylitornio
3.	Hanna Rantala / 82	LaVo	51.58	100.0	125.41	9.12.2016	Vuokatti *
4.	Katariina Nokua / 73	HSU	106.67	150.0	122.79	12.7.2016	Pilsen
5.	Tarja Uppala / 65	SalVo	67.65	115.0	117.13	9.1.2016	Loppi
6.	Satu Luoto / 69	LVK team	67.54	112.5	114.82	19.4.2016	Rodby
7.	Riina Lahti / 80	KoJy	62.47	105.0	113.45	11.5.2016	Pilsen
8.	Mervi Sirkiä / 72	TNT	54.97	95.0	113.36	7.2.2016	Ylitornio
9.	Susanna Virkkunen / 73	S-V	68.81	112.5	113.28	3.12.2016	Pietarsaari *
10.	Julianna Löllö / 95	KoJy	67.15	110.0	112.63	7.5.2016	Kokkola

SUOMEN MESTARIT VUONNA 2016

Varustevoimanoston SM-kilpailut, Ylitornio 5. – 6.2.2016

Sarja	Nimi	Seura	JK	PP	MN	YT
N20						
84+	Saara Puusaari	ÄV	180,5	85,0	145,5	411,0
N23						
57,0	Krista Määttä	So-Vi	140,5	80,0	140,0	360,5
N40						
57,0	Tarja Tähkänen	TNT	90,0	55,0	120,0	265,0
63,0	Marjaana Vähäsantanen	KaVo	135,0	77,5	140,0	352,5
72,0	Virve Ilves	JoPuPo	125,0	72,5	160,0	357,5
84+	Susanne Nakari	Taimi	85,0	62,5	117,5	265,0
N50						
72,0	Tarja Uppala	SalVo	100,0	105,0	135,0	340,0
N60						
47,0	Pirjo Kemppainen	HeTarmo	62,5	30,0	95,0	187,5
N70						
52,0	Eila Kumpuniemi	RaPe	87,5	55,5	112,5	255,5

N						
47,0	Sanna Apuli	Py-Pa	140,0	80,0	150,0	370,0
52,0	Marcela Sandvik	ÅKK	140,0	110,0	145,0	400,0
57,0	Kaisa Clever-Taskinen	TVN	102,5	55,0	130,0	287,5
63,0	Riina Lahti	KoJy	185,0	100,0	175,0	460,0
72,0	Annakaisa Näsi	TVN	140,0	75,0	150,0	365,0
84,0	Hanna-Mari Maaninen	RKV-86	187,5	145,0	160,0	492,5
84+	Katariina Nokua	HSU	180,0	90,0	170,0	440,0
M40						
59,0	Ari-Pekka Töllikkö	TNT	142,5	112,5	182,5	437,5
74,0	Timo Leminen	K-UV	200,0	150,0	220,0	570,0
83,0	Antti Liimatainen	PaPu	260,0	210,0	260,0	730,0
93,0	Petri Heikkinen	JoPuPo	290,0	200,0	288,5	778,5
105,0	Jarno Ruohonen	SalVo	310,0	230,0	280,0	820,0
120,0	Kaj Mattila	Taimi	270,0	210,0	245,0	725,0
M50						
74,0	Kari Räihä	OPT	205,0	120,0	255,0	580,0
83,0	Rami Huovinen	SalVo	210,0	140,0	258,0	608,0
93,0	Harri Hagfors	Huima	235,0	130,0	257,5	622,5
105,0	Jari Niskanen	So-Vi	290,5	200,0	280,0	770,5
120,0	Tapani Laitala	HeTarmo	300,0	105,0	270,0	675,0
120+	Kyösti Salonen	TNT	310,0	225,0	270,0	805,0
M60						
66,0	Martti Kilpeläinen	SalVo	175,0	130,0	210,0	515,0
93,0	Antero Juntunen	KajKu	210,0	105,0	250,0	565,0
M70						
83,0	Taisto Hämäläinen	OrGn	152,5	85,0	175,0	412,5
105,0	Kari Köngäs	K-UV	170,0	90,0	200,0	460,0
120,0	Raimo Sandelin	PTVAK	100,0	95,0	130,0	325,0
M23						
83,0	Matias Viiperi	NPower	260,0	1170,0	270,0	700,0
105,0	Ville Niskanen	So-Vi	245,0	147,5	252,5	645,0
Miehet						
66,0	Antti Savolainen	TNT	263,0	185,0	290,5	738,5
74,0	Sami Nieminen	KPU	225,0	145,0	303,0	673,0
83,0	Antti Karesola	PorHT	252,5	210,0	277,5	740,0
93,0	Jarkko Perttula	Py-Pa	320,0	200,0	300,0	820,0
105,0	Jussi Kangasvieri	NPower	337,5	222,5	317,5	877,5
120+	Ove Lehto	ÅKK	380,0	360,0	325,0	1065,0

Varustepennkipunnerrus, kaikkien ikäluokkien SM-kilpailut, Ylitornio, 7.2.2016

Sarja	Nimi	Seura	Tulos
N17			
63,0	Elli Rautiainen	ÄV	77,5
N20			
63,0	Juulia Yliheikkilä	AavKi	60,0
N23			
57,0	Krista Määttä	So-Vi	77,5

72,0	Julianna Löllö	KoJy	105,0
Naiset			
47,0	Andreea Vasilescu	HAK	55,0
52,0	Marcela Sandvik	ÅKK	100,0
57,0	Mervi Sirkiä	TNT	95,0
63,0	Annastiina Hagfors	MY-Power	100,0
72,0	Tarja Uppala	SalVo	105,0
84+	Katariina Nokua	HSU	90,0
N40			
72,0	Pirjo Palosaari	RK	60,0
84+	Pia Valkonen	KJ	125,0
N50			
57,0	Eira Pajuharju	HPV	72,5
72,0	Seija Skogman	Taimi	67,5
84,0	Merja Mynttinen	LVK team	117,5
N60			
47,0	Pirjo Kemppainen	HeTarmo	32,5
52,0	Aira Knutars	So-Vi	81,0
N70			
52,0	Eila Kumpuniemi	RaPe	56,0
M40			
59,0	Petri Niemi	TVN	130,0
74,0	Timo Leminen	K-UV	152,5
83,0	Vesa Hartikainen	EV	200,0
93,0	Petteri Laurikainen	E-IT	235,0
105,0	Timo Lillbacka	HAK	100,0
120,0	Jarmo Myller	JoPuPo	245,0
M50			
66,0	Tahvo Jauhojärvi	NaVo	140,0
74,0	Ismo Hietanen	HeTarmo	135,0
83,0	Stig Björkqvist	NyKK	195,0
93,0	Seppo Norpila	K-UV	185,0
105,0	Jari Niskanen	So-Vi	202,5
120,0	Tapani Laitala	HeTarmo	222,5
120+	Risto Korhonen	TervU	205,0
M60			
66,0	Markku Kemppainen	HeTarmo	115,0
74,0	Antero Kauranen	NoVo	110,0
83,0	Olli Rantanen	I-HV	150,0
93,0	Pasi Drushinin	KarKa	185,0
105,0	Harri Tirronen	JoPuPo	180,0
M70			
74,0	Markku Lehtien	Team365	115,0
83,0	Taisto Hämäläinen	OrGn	87,5
105,0	Kari Köngäs	K-UV	92,5
120,0	Christer Nylund	Team365	165,0
M20			
74,0	Miikka Hyötylä	NaVo	150,0
105,0	Peetu Heikkinen	KajKu	140,0

M23

83,0	Teemu Hällfors	YlöR	162,5
105,0	Ville Niskanen	So-Vi	142,5

Miehet

59,0	Juha-Matti Englund	RAYVO	135,0
66,0	Tahvo Jauhojärvi	NaVo	105,0
83,0	Niklas Silander	Hektor	202,5
93,0	Simon Kankkonen	NPower	270,0
105,0	Mikko Tiensuu	TamRy	260,0
120,0	Lasse Leinonen	JoPuPo	292,5
120+	Fredrik Smulter	MIF	382,5

Klassinen voimanosto, Masters SM-kilpailut, Äänekoski 19. – 20.3.2016

Sarja	Nimi	Seura	JK	PP	MN	YT
N40						
47,0	Katja Ronkainen	Taimi	47,5	25,0	70,0	142,5
57,0	Ulla Patrikainen	ViVo	75,0	52,5	70,0	197,5
63,0	Marjaana Vähäsantanen	KaVo	130,0	72,5	140,0	342,5
72,0	Satu Luoto	LVK team	135,5	92,5	135,0	363,0
84,0	Teija Hakala	ViialVi	141,0	80,0	155,0	376,0
84+	Katariina Nokua	HSU	200,5	100,0	190,0	490,5
N50						
57,0	Leena Jokitalo	HeTarmo	107,5	65,0	145,0	317,5
63,0	Margetta Salminen	LVK team	85,0	65,0	120,0	270,0
72,0	Tarja Uppala	SalVo	75,0	72,5	117,5	265,0
84,0	Elina Aalto	Lo-Vo	115,0	80,0	102,5	217,5
N60						
63,0	Sirkka Hohenthal	Lo-Vo	75,0	40,0	102,5	217,5
72,0	Maritta Jaurola	RAYVO	90,0	61,0	125,0	276,0
N70						
47,0	Eila Kumpuniemi	RaPe	62,5	45,5	110,5	218,5
M40						
66,0	Rami Hietanen	HyKe	150,0	112,5	215,0	477,5
74,0	Sami Siltala	Py-Pa	177,5	137,5	255,0	570,0
83,0	Jani Närhi	JVK	240,0	165,0	250,0	655,0
93,0	Kai Hentilä	OPT	220,0	162,5	282,5	665,0
105,0	Jarno Ruohonen	SalVo	265,0	190,0	270,0	725,0
120,0	Antti Vihola	M-Club	250,0	200,0	302,5	752,5
120+	Ari Flinkman	OPT	212,5	185,0	260,0	657,5
M50						
66,0	Mika Vaaksio	Team365	157,5	95,0	197,5	450,0
74,0	Jari Kinnunen	NoVo	160,0	125,0	215,0	500,0
83,0	Keijo Pasanen	I-HV	175,0	142,5	212,5	530,0
93,0	Harri Hagfors	Huima	205,0	120,0	260,0	585,0
105,0	Veijo Räsänen	I-HV	205,0	160,0	272,5	637,5
120,0	Jarmo Putkonen	KesU	230,0	155,0	275,0	660,0
120+	Kyösti Salonen	TNT	264,0	165,0	290,0	719,0
M60						
66,0	Martti Kilpeläinen	SalVo	150,0	120,0	225,5	495,5
74,0	Markku Viitala	KarKa	152,5	120,0	215,0	487,5

83,0	Veli Nevala	Py-Pa	182,5	105,0	230,0	517,5
93,0	Ilkka Launonen	SVV	160,0	152,5	200,0	512,5
105,0	Jyrki Kosonen	KeBo	145,0	90,0	25,0	460,0
120,0	Jouko Suvanto	PTVAK	205,0	165,0	230,0	600,0

M70

59,0	Seppo Helander	I-HV	82,5	70,0	150,0	302,5
66,0	Torsten Ruotsala	KoJy	143,0	67,5	196,0	406,5
74,0	Tapani Pulkkinen	KesU	130,0	67,5	175,0	372,5
83,0	Taisto Hämäläinen	OrGn	152,5	80,0	175,0	407,5
93,0	Tapio Kähäri	Huima	165,0	102,5	162,5	430,0
105,0	Seppo Komppa	HartVo	130,0	130,0	165,0	360,0
120,0	Kari Kögäs	K-UV	150,0	90,0	180,0	420,0
120+	Mikko Seikkula	KoJy	140,0	200,0	200,0	540,0

Nuorten Klassisen voimanoston SM-kilpailut, Virkkala, Lohja, 19. – 20.11.2016

Sarja	Nimi	Seura	JK	PP	MN	YT
N14						
52,0	Fanny Lamminen	PV-81	120,0	65,0	128,0	313,0
57,0	Milka Kanerva	KaVo	77,5	37,5	102,5	202,5
N17						
47,0	Olivia Kyösti	KaVo	100,5	52,5	102,5	255,5
52,0	Anette Kirkanen	KaVo	115,5	73,5	127,5	316,5
57,0	Heini Lipponen	KaVo	125,0	70,0	115,0	310,0
63,0	Mira Kamberg	KaVo	87,5	65,0	107,5	260,0
72,0	Siiri Koskinen	TNT	110,0	55,0	140,0	305,0
84,0	Henna Kaasalainen	MaxPower	163,0	80,0	180,0	423,0
N20						
72,0	Tuulia Lohivuo	KaVo	135,5	82,5	145,0	363,0
84,0	Mirka Valo	RAYVO	117,5	72,5	172,5	327,5
N23						
47,0	Olivia Kyösti	KaVo	101,0	52,5	107,5	261,0
52,0	Hanna Seppä	HeTarmo	127,5	70,0	166,0	363,5
57,0	Satu Pylväs	KoJy	127,5	80,0	162,5	370,0
63,0	Heli Jokela	KoJy	135,0	85,0	161,0	381,0
72,0	Salla Koskinen	TNT	137,5	77,5	162,5	377,5
M14						
53,0	Juho Kopola	SiSi	65,0	50,0	77,5	192,5
59,0	Niko Kopola	SiSi	90,0	55,0	110,0	255,0
74,0	Arttu Kyllönen	So-Vi	107,5	90,0	140,0	337,5
83,0	Mikael Salomäki	KaVo	120,0	60,0	145,0	325,0
M17						
53,0	Nico Ronkainen	JuPu	97,5	70,0	110,0	277,5
59,0	Jere Kirkanen	KaVo	150,0	82,5	160,0	392,5
66,0	Nino Nyberg	TiKa	85,0	82,5	117,5	285,0
74,0	Niko Schroderus	KalvI	170,0	105,0	223,0	398,0
93,0	Juuso Reinikainen	S-V	185,0	110,0	241,5	536,5
M20						
53,0	Vili Mäkinen	JP 2000	82,5	57,5	115,0	255,0
59,0	Timo Mikkonen	KEV	110,0	77,5	137,5	325,0
66,0	Eetu Kumpulainen	ViitVi	185,0	130,0	220,0	537,0
74,0	Tomi Kuusisto	MeVo	205,0	107,5	240,0	552,5

83,0	Teemu Tuovinen	JuPu	177,5	130,0	222,5	530,0
93,0	Kalle Närhi	ViVo	247,5	150,0	260,0	657,5
105,0	Jere Karttunen	ViVo	230,0	145,0	225,0	600,0
120,0	Toni Sikanen	JOU	240,0	140,0	230,0	610,0

M23

66,0	Ilkka Ala-Luopa	MeVo	187,5	112,5	205,0	505,0
74,0	Jaakko Raudaskoski	Nivo	192,5	130,0	235,0	557,5
83,0	Teemu Hällfors	YlöR	238,5	172,5	250,0	661,0
93,0	Sami Lehtonen	YK-V	245,0	165,0	307,5	717,5
105,0	Jarkko Perttula	Py-Pa	280,0	165,0	290,0	735,0
120,0	Sauli Kallunki	LaVo	210,0	152,5	255,0	617,5

Klassisen penkkipunnerruksen SM-kisat, Pietarsaari, 3. – 4.12.2016

Sarja	Nimi	Seura	Tulos
N14			
57,0	Wiivi Nortunen	PV	42,5
63,0	Erica Karlström	NyKK	40,0
N17			
47,0	Olivia Kyösti	KaVo	45,0
72,0	Elsa Virtanen	NPower	70,0
84,0	Hanna Saarijärvi	NPower	75,0
N20			
47,0	Janina Suni	TurSa	50,0
57,0	Jenna Välimäki	KaVo	60,0
63,0	Juulia Yliheikkilä	AavKi	62,5
72,0	Tuulia Lohivuo	KaVo	82,5
84,0	Susanna Törrönen	S-V	110,0
N23			
57,0	Satu Pylväs	KoJy	80,5
63,0	Heli Jokela	KoJy	89,0
72,0	Essi Laakso	KoJy	85,0
N40			
57,0	Tiina Sarlin	KarKa	77,5
63,0	Satu Luoto	LVK team	85,0
72,0	Sanna Joutsela	HuiVo	77,5
84,0	Marju Saari	TVN	90,0
84+	Katariina Nokua	HSU	97,5
N50			
57,0	Eira Pajuharju	HPV	65,0
63,0	Tarja Uppala	SalVo	70,0
72,0	Minna Elgland	HeTarmo	83,5
84,0	Merja Mynttinen	LVK team	90,0
N60			
47,0	Pirjo Kemppainen	HAK	27,5
52,0	Aira Knutars	So-Vi	65,5
N70			
47,0	Eila Kumpuniemi	RaPe	42,5
N			
47,0	Olivia Kyösti	KaVo	55,0

52,0	Marcela Sandvik	ÅKK	87,5
57,0	Hanna Rantala	LaVo	100,0
63,0	Mari Enberg	HäVo	87,5
72,0	Susanna Virkkunen	S-V	112,5
84,0	Vera Maria Räsänen	KaVo	107,5
84+	Annina Luotonen	MeVo	100,0

M14

53,0	Anton Kauranen	NoVo	60,0
59,0	Niko Kopola	SiSi	57,5
74,0	Arttu Kyllönen	So-Vi	97,5
83,0	Mikael Salomäki	KaVo	62,5

M17

53,0	Nico Ronkainen	JuPu	60,0
59,0	Jere Kirkanen	KaVo	80,0
66,0	Kalle Leppänen	MY-Power	97,5
74,0	Joona Rantanen	HartVo	100,0
93,0	Iiro Riekkinen	JOU	125,0
105,0	Konsta Pistemaa	OPT	145,0

M20

53,0	Vili Mäkinen	JP 2000	60,0
59,0	Timo Mikkonen	KEV	72,5
66,0	Artturi Verho	Lo-Vo	120,0
74,0	Teemu Sippola	YK-V	132,5
83,0	Teemu Tuovinen	JuPu	132,5
105,0	Santeri Eriksson	Team365	152,5

M23

74,0	Joona Leinonen	TNT	137,5
83,0	Matias Kulmala	HuiVo	182,5
93,0	Ville Vikman	S-V	185,5
105,0	Miska Torppa	KoJy	182,5

M70

66,0	Iikka Mikkonen	PV-81	85,0
74,0	Juha Inkinen	RAYVO	95,0
83,0	Olavi Kallio	HVV	107,5
93,0	Seppo Komppa	HartVo	132,5
105,0	Tapio Kähäri	Huima	107,5
120,0	Mikko Seikkula	LoVe	185,0

M60

66,0	Martti Kilpeläinen	SalVo	122,5
74,0	Jari Friis	KoJy	125,0
83,0	Reima Häkkinen	LVK team	147,5
93,0	Ilkka Launonen	SVV	155,0
105,0	Harri Tirronen	JoPuPo	167,5
120,0	Jouko Suvanto	PTVAK	170,0

M50

66,0	Paavo Hiltula	PV-81	102,5
74,0	Erkki Rajala	PV	167,5
83,0	Harri Vahtolammi	NoVo	167,5
93,0	Pentti Pitkänen	SVV	177,5
105,0	Eino Pönttiö	ViitVi	180,0
120,0	Jarmo Anttila	KarKa	190,0
120+	Karl-Johan Renlund	PTVAK	170,0

M40

59,0	Petri Niemi	TVN	100,0
66,0	Tomi Halmesmäki	LaPo	150,0
74,0	Jonas Enkvist	PV	145,0
83,0	Tomi Villanen	PTVAK	167,5
93,0	Juha Vehkaperä	HauVo	172,5
105,0	Jussi Kuusikko	ViitVi	201,0
120,0	Antti Vihola	M-Club	215,0
120+	Tero Seppänen	HauVo	237,5

M

59,0	Mika Visulaaka	TNT	130,0
66,0	Marko Saarimaa	SeiVo	160,0
74,0	Tuomas Nikkilä	TamRy	170,0
83,0	Antti Ahonen	VarpVi	182,5
93,0	Risto Joensuu	HPV	212,5
105,0	Sami Pullinen	Team365	215,0
120,0	Timo Hokkanen	HuiVo	230,0
120+	Fredrik Smulter	MIF	260,0

Klassisen voimanoston SM-kisat, Vuokatti, Sotkamo, 9. – 11.12.2016

Sarja	Nimi	Seura	JK	PP	MN	Tulos
N						
47,0	Andreea Vasilescu	HAK	95,0	47,5	120,0	262,5
52,0	Hanna Rantala	LaVo	127,5	100,0	152,5	380,0
63,0	Satu Pylväs	KoJy	127,5	80,0	170,0	377,5
72,0	Johanna Kankus	KP	170,0	107,5	182,5	460,0
84,0	Henna Kaasalainen	MaxPower	160,0	77,5	177,5	415,0
84+	Johanna Laitinen	TNT	170,0	107,5	197,5	475,0

M

66,0	Antti Savolainen	TNT	210,0	150,0	279,0	639,0
74,0	Sami Nieminen	KPU	230,0	147,5	300,5	678,0
83,0	Mikko Ronkainen	OPT	245,0	170,0	300,0	715,0
93,0	Mikko Muttonen	SaJy	267,5	177,5	310,0	755,0
105,0	Markus Suomela	HuiVo	250,0	175,0	330,0	755,0
120,0	Tuomas Lukkari	KP	300,0	190,0	295,0	785,0
120+	Tero Seppänen	HauVo	305,0	247,5	315,0	867,5

KANSAINVÄLISET MESTARUUSKILPAILUT, suomalaisten tulokset ja sijoitukset, maiden ranking**Klassinen voimanosto, nuorten PM, 19.2.2016 Katrineholm, Ruotsi**

Sarja	Nimi	JK	PP	MN	YT	SIJ.
N18						
47,0	Olivia Kyösti	77,5	42,5	97,5	217,5	1.
52,0	Anette Kirkanen	115,0	70,5	80,0	265,5	1.
52,0	Mira Kamberg	75,0	55,0	80,0	210,0	2.
57,0	Heini Lipponen	130,0	75,0	125,0	330,0	1.
57,0	Veera Mäkelä	92,5	50,0	107,5	250,0	2.
63,0	Maria Konkola	110,0	65,0	153,5	328,5	2.
63,0	Nana Mäkynen	97,5	52,5	112,5	262,5	3.

Joukkuepisteet 1. Suomi 71 p.

N23

47,0	Johanna Tammela	80,0	50,0	115,0	245,0	1.
52,0	Hanna Seppä	100,0	55,0	145,5	300,5	1.

52,0	Amanda Tuomola	90,0	47,5	100,0	237,5	2.
57,0	Krista Määttä	107,5	67,5	142,5	317,5	3.
57,0	Jenna Välimäki	102,5	62,5	125,0	290,0	4.
72,0	Melisa Heinonen	117,5	65,0	155,0	337,5	2.
72,0	Susanna Törrönen	132,5	DSQ			-

Joukkuepisteet 1. Suomi 54 p.

M18

59,0	Jere Kirkanen	132,5	75,0	147,5	355,0	1.
59,0	Juho Leppiniemi	100,0	60,0	132,5	292,5	2.
66,0	Ilkka Alaluopa	180,0	115,0	210,0	505,0	1.

Joukkuepisteet 1. Suomi 33 p.

M23

74,0	Jaakko Raudaskoski	197,5	120,0	237,5	555,0	2.
74,0	Joonas Leinonen	180,0	135,0	200,0	515,0	3.
83,0	Teemu Hällfors	217,5	175,5	232,5	625,5	2.
93,0	Jere Savolainen	245,0	135,0	265,0	645,0	3.
93,0	Ville Vikman	215,0	160,0	250,0	625,0	4.

Joukkuepisteet 2. Suomi 51 p.

Varustevoimanosto, nuorten PM, 19.2.2016, Katrineholm, Ruotsi

Sarja	Nimi	JK	PP	MN	YT	SIJ.
N18						
63,0	Elli Rautiainen	117,5	82,5	110,0	310,0	3.

Joukkuepisteet 3. Suomi 8 p.

Klassisen voimanosto EM, avoin ja nuoret, 5. – 12.3.2016, Tartto, Viro

Sarja	Nimi	JK	PP	MN	YT	SIJ.
M						
66,0	Antti Savolainen	200,0	152,5	267,5	620,0	1.
74,0	Sami Nieminen	225,0	150,0	297,5	672,5	1.
74,0	Pasi Sipiläinen	2210,0	160,0	282,5	652,5	7.
83,0	Mikko Ronkainen	240,0	165,0	302,5	707,5	5.
93,0	Mats Smulter	275,0	172,5	290,0	737,5	6.
105,0	Markus Suomela	255,0	180,0	345,0	780,0	4.
120+	Antti Tommila	290,0	220,0	320,0	830,0	4.

Joukkuepisteet 1. Suomi 44 p.

M18

59,0	Jere Kirkanen	140,0	80,0	150,0	370,0	4.
83,0	Riku Kangasniemi	190,0	95,0	200,0	485,0	7.

Joukkuepisteet 11. Suomi 11 p.

M23

66,0	Ilkka Alaluopa	180,0	115,0	200,0	495,0	11.
74,0	Jaakko Raudaskoski	192,5	122,5	232,5	547,5	10.
74,0	Hannu Surakka	177,5	132,5	210,0	520,0	13.
83,0	Teemu Hällfors	222,5	180,0	245,0	647,5	4.
93,0	Jarkko Perttula	260,0	162,5	282,5	705,0	2.
93,0	Olli Lehti	260,0	147,5	260,0	667,5	7.
105,0	Antti Kemppainen	247,5	165,0	262,5	675,0	10.

Joukkuepisteet 6. Suomi 22 p.

N

47,0	Hanna Rantala	110,0	92,0	140,0	342,5	1.
52,0	Marcela Sandvik	107,5	85,0	137,5	330,0	5.
52,0	Johanna Forström	100,0	75,0	140,0	315,0	6.
57,0	Marjaana Vähäsantanen	122,5	72,5	132,5	327,5	8.
63,0	Stina Lindell	142,5	77,5	180,0	382,5	4.

72,0	Johanna Kankus	181,5	105,0	172,5	459,0	2.
Joukkuepisteet 3. Suomi 39 p.						
N18						
47,0	Fanny Lamminen	100,0	57,5	112,5	270,0	2.
52,0	Anette Kirkanen	112,5	73,0	112,5	298,0	3.
57,0	Heini Lipponen	130,5	75,0	127,5	333,0	1.
57,0	Veera Mäkelä	87,5	52,5	110,0	250,0	5.
72,0	Maria Konkola	110,0	65,0	142,5	317,5	4.
72,0	Nana Mäkynen	95,0	52,5	DSQ		-
84,0	Susanna Törrönen	140,0	109,0	177,5	426,5	1.
84,0	Henna Kaasalainen	160,0	77,5	172,5	410,0	2.
Joukkuepisteet 1. Suomi 50 p.						

N23						
52,0	Krista Määttä	110,0	67,5	145,0	322,5	3.
52,0	Hanna Seppä	102,5	52,5	145,0	300,0	7.
57,0	Satu Sakko	122,5	77,5	155,0	355,0	2.
57,0	Mia Ylikopsa	110,0	67,5	135,0	312,5	6.
63,0	Melisa Heinonen	105,0	65,0	150,0	320,0	6.
72,0	Tuulia Lohivuo	135,0	82,5	152,5	370,0	3.
72,0	Salla Koskinen	135,0	70,0	160,0	365,0	4.
84,0	Mirka Valo	100,0	67,5	167,5	335,0	2.
Joukkuepisteet 4. Suomi 41 p.						

Varustevoimanosto, nuorten (18 ja 23 v) EM, 14. – 17.4.2016, Malaga, Espanja

Ei lähetetty maajoukkuetta Suomesta.

Varustepenkkipunnerrus, MM, 19.- 22.4.2016, Rödby, Tanska

Sarja	Nimi	Tulos	SIJ.
M			
93,0	Simon Kankkonen	280,0	8.
120+	Fredrik Smulter	390,0	2.
120+	Ove Lehto	370,0	3.

Joukkuepisteet 7. Suomi 20 p.

M40			
83,0	Tomi Vikla	232,5	4.
93,0	Petteri Laurikainen	DSQ	-
105,0	Timo Lillbacka	100,0	13.
105,0	Timo Rukkila	DSQ	-
120,0	Lasse Leinonen	295,0	3.
120+	Kenneth Sandvik	345,0	1.

Joukkuepisteet 6. Suomi 28 p.

M50			
66,0	Tahvo Jauhojärvi	145,0	4.
93,0	Risto Hirvonen	127,5	7.
105,0	Tarmo Vanhamäki	180,0	11.

Joukkuepisteet 11. Suomi 12 p.

M60			
66,0	Seppo Flink	107,5	4.
74,0	Antero Kauranen	150,0	4.
83,0	Voitto Ahopelto	135,0	8.
105,0	Harri Tirronen	192,5	5.

Joukkuepisteet 6. Suomi 28 p.

M70			
93,0	Seppo Komppa	155,0	3.
120,0	Christer Nylund	DSQ	-
Joukkuepisteet 11. Suomi 8 p.			

N			
52,0	Marcela Sandvik	125,0	1.
Joukkuepisteet 11. Suomi 12 p.			

N18			
72,0	Elli Rautiainen	85,0	3.
Joukkuepisteet 8. Suomi 8 p.			

N40			
72,0	Satu Luoto	112,5	2.
84,0	Virve Ilves	85,0	5.
84+	Katariina Nokua	140,0	1.
84+	Pia Valkonen	125,0	2.
Joukkuepisteet 3. Suomi 36 p.			

N50			
57,0	Eira Pajuharju	72,5	4.
72,0	Tarja Uppala	110,0	2.
Joukkuepisteet 5. Suomi 16 p.			

N60			
52,0	Aira Knutars	80,5	1.
Joukkuepisteet 6. Suomi 12 p.			

Varustevoimanosto, miesten ja naisten EM, 11. – 14.5.2016, Pilsen, Tšekki

Sarja	Nimi	JK	PP	MN	YT	SIJ.
M						
66,0	Antti Savolainen	255,0	187,5	280,0	722,5	1.
105,0	Jussi Kangasvieri	345,0	230,0	315,0	890,0	8.
120+	Kenneth Sandvik	360,0	352,5	287,5	1000,0	7.
Joukkuepisteet 10. Suomi 19 p.						

N						
47,0	Sanna Apuli	DSQ				-
52,0	Marcela Sandvik	140,0	122,5	140,0	402,5	5.
63,0	Riina Lahti	185,0	105,0	177,5	467,5	4.
Joukkuepisteet 8. Suomi 13 p.						

Klassinen penkkipunnerrus, kaikki MM, 15. – 21.5.2016, Potchefstroom, Etelä-Afrikka

Sarja	Nimi	Tulos	Sij.
M			
93,0	Pekka Kulju	200,0	4.
105,0	Sami Pullinen	220,0	1.
105,0	Jarno Leppämäki	210,0	5.
120,0	Timo Hokkanen	245,0	1.
Joukkuepisteet 3. Suomi 37 p.			

M40			
66,0	Tomi Halmesmäki	140,0	2.
105,0	Sami Mäkelä	192,5	2.
Joukkuepisteet 6. Suomi 18 p.			

M50			
66,0	Tahvo Jauhojärvi	110,0	3.
74,0	Ari Oksanen	137,5	4.
83,0	Markku Väisänen	170,5	1.

Joukkuepisteet 5. Suomi 27 p.

M60			
66,0	Seppo Flink	85,0	1.
74,0	Antero Kauranen	122,5	1.
83,0	Voitto Ahopelto	117,5	2.

Joukkuepisteet 2. Suomi 33 p.

N			
52,0	Hanna Rantala	95,0	1.
72,0	Johanna Kankus	105,0	2.

Joukkuepisteet 4. Suomi 21 p.

N18			
72,0	Susanna Törrönen	110,0	1.

Joukkuepisteet 3. Suomi 12 p.

N40			
72,0	Satu Luoto	90,0	1.

Joukkuepisteet 5. Suomi 12 p.

Klassinen voimasto MM, 19. – 26.6.2016, Killeen, USA

Sarja	Nimi	JK	PP	MN	YT	SIJ.
M						
66,0	Antti Savolainen	212,5	155,0	265,0	632,5	5.
74,0	Sami Nieminen	230,0	152,5	300,0	682,5	6.
120+	Antti Tommila	320,0	222,5	320,0	862,5	10.
120+	Jari Saario	307,5	190,0	345,0	842,5	12.

Joukkuepisteet 13. Suomi 13 p.

M23						
59,0	Ilkka Alaluopa	162,5	110,0	197,5	470,	6.
83,0	Teemu Hällfors	225,0	167,5	250,0	642,5	9.
93,0	Sami Lehtonen	245,0	165,0	305,0	715,0	2.

Joukkuepisteet 11. Suomi 15 p.

M40						
74,0	Sami Siltala	185,0	147,5	245,0	577,5	4.
105,0	Jarno Ruohonen	272,5	195,0	260,0	727,5	6.
120,0	Antti Vihola	275,0	DSQ			-

Joukkuepisteet 12. Suomi 12 p.

M50						
105,0	Harri Hagfors	217,5	140,0	250,0	607,5	6.
120,0	Mika Kurjonen	245,0	167,5	150,0	662,5	4.
120,0	Timo Rantala	175,0	150,0	205,0	530,0	6.

Joukkuepisteet 7. Suomi 17 p.

M70						
105,0	Tapio Kähäri	145,0	92,5	162,5	400,0	3.
120+	Mikko Seikkula	150,0	196,5	195,0	541,0	1.

Joukkuepisteet 2. Suomi 44 p.

N						
47,0	Hanna Rantala	110,0	93,0	140,0	343,0	3.

Joukkuepisteet 16. Suomi 8 p.

N18

47,0	Fanny Lamminen	100,0	55,0	110,0	265,0	3.
57,0	Veera Mäkelä	95,0	52,5	112,5	260,0	3.
57,0	Mira Kamberg	90,0	65,0	102,5	257,5	4.
63,0	Heini Lipponen	137,5	82,5	132,5	352,5	4.
72,0	Susanna Törrönen	135,0	112,0	170,0	417,0	1.

Joukkuepisteet 2. Suomi 42 p.

N23

52,0	Krista Määttä	95,0	60,0	135,0	290,0	2.
72,0	Salla Koskinen	142,5	75,0	160,0	377,5	6.
72,0	Tuulia Lohivuo	130,0	85,0	150,0	365,0	9.

Joukkuepisteet 8. Suomi 16 p.

N40

63,0	Marjaana Vähäsantanen	137,5	75,0	140,0	357,5	2.
63,0	Satu Luoto	127,5	85,0	130,0	342,5	4.
72,0	Vuokko Liljeström	110,0	62,5	150,0	322,5	8.
84+	Katariina Nokua	185,0	97,5	200,0	482,5	1.

Joukkuepisteet 4. Suomi 31 p.

Varustevoimanosto, masters EM, 12. – 16.7.2016, Pilsen, Tšekki

Sarja Nimi JK PP MN YT SIJ.

M40

59,0	Ari-Pekka Töllikkö	142,5	112,5	170,0	425,0	1.
59,0	Pentti Rimpi	140,0	105,0	145,0	390,0	2.
66,0	Timo Orava	200,0	135,0	225,0	560,0	1.

Joukkuepisteet 3. Suomi 33 p.

M50

83,0	Rami Huovinen	DSQ				-
93,0	Seppo Norpila	210,0	190,0	220,0	620,0	5.
105,0	Jari Niskanen	282,5	197,5	270,0	750,0	3.

Joukkuepisteet 9. Suomi 14 p.

M60

66,0	Markku Kemppainen	-	120,0	175,0	DSQ	-
105,0	Antero Juntunen	215,0	117,5	245,0	577,5	2.

Joukkuepisteet 9. Suomi 9 p.

N40

57,0	Tarja Tähkänen	92,5	55,0	112,5	260,0	3.
84+	Katariina Nokua	200,0	150,0	180,0	630,0	1.

Joukkuepisteet 3. Suomi 20 p.

N60

52,0	Pirjo Kemppainen	72,5	35,0	105,0	212,5	1.
------	------------------	------	------	-------	-------	----

Joukkuepisteet 6. Suomi 12 p.

N70

52,0	Eila Kumpuniemi	98,5	50,0	110,0	258,5	1.
------	-----------------	------	------	-------	-------	----

Joukkuepisteet 1. Suomi 12 p.

Varustepenkkipunnerrus, miesten ja naisten EM, 18. – 20.8.2016, Keflavik, Islanti

Sarja	Nimi	Tulos	SIJ.
-------	------	-------	------

M

93,0	Simon Kankkonen	290,0	2.
120,0	Lasse Leinonen	300,0	6.
120+	Kenneth Sandvik	357,5	1.

Joukkuepisteet 4. Suomi 33 p.

N

52,0	Marcela Sandvik	110,0	1.
------	-----------------	-------	----

Joukkuepisteet 6. Suomi 12 p.

Varustevoimanosto, nuorten MM (18 ja 23 v) MM, 29.8. – 3.9.2016, Szczyrk, Puola

Ei lähetetty maajoukkuetta Suomesta.

Varuste- ja klassinen voimanosto, miesten ja naisten Länsi-Euroopan mestaruuskilpailut, 8. – 10.9.2017, Borgaro Torinese, Italia

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

Varustevoimanosto**M**

83,0	Antti Karesola	265,0	DSQ		-	-
105,0	Timo Lillbacka	240,0	140,0	210,0	687,5	7.
105,0	Tomi Määttä	DSQ				-

Joukkuepisteet 9. Suomi 353,70 Wilks pist.

Klassinen voimanosto**M**

66,0	Eetu Kumpulainen	192,5	120,0	200,0	512,5	2.
93,0	Petri Ronkainen	185,0	150,0	220,0	555,0	6.
120,0	Jan Hakala	215,0	150,0	275,0	640,0	3.
120,0	Kaj Mattila	230,0	157,5	240,0	627,5	4.

Joukkuepisteet 5. Suomi 1495,44 Wilks pist.

N

47,0	Andreea Vasilescu	100,0	50,0	122,5	257,5	2.
47,0	Katja Ronkainen	50,0	35,0	85,0	170,0	3.

Joukkuepisteet . Suomi 579,28 Wilks pist.

Varustevoimanosto, masters MM, 3. – 8.10.2016, Tallinna, Viro

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

M40

59,0	Ari-Pekka Tölikkö	60,0	112,5	170,0	342,5	1.
83,0	Antti Liimatainen	250,0	195,0	262,5	707,5	2.
93,0	Petri Heikkinen	292,5	205,0	282,5	780,0	3.
105,0	Mika Paasonen	280,0	230,0	270,0	780,0	3.
105,0	Timo Lillbacka	240,0	142,5	220,0	602,5	6.
120,0	Kaj Mattila	270,0	205,0	240,0	715,0	7.
120+	Ove Lehto	DSQ				-

Joukkuepisteet 2. Suomi 42 p.

M50

74,0	Kari Räihä	200,0	130,0	255,0	585,0	3.
83,0	Rami Huovinen	100,0	150,0	230,0	480,0	8.
105,0	Jari Niskanen	280,0	195,0	272,5	780,0	1.
120,0	Tapani Laitala	190,0	220,0	265,0	785,0	2.

Joukkuepisteet 5. Suomi 32 p.

M60						
66,0	Martti Kilpeläinen	180,0	130,0	215,0	525,0	1.
66,0	Markku Kemppainen	150,0	112,5	185,0	447,5	3.
93,0	Antero Juntunen	220,0	115,0	247,5	582,5	2.
Joukkuepisteet 4. Suomi 29 p.						

M70						
120+	Raimo Sandelin	100,0	95,0	150,0	345,0	1.
Joukkuepisteet 8. Suomi 12 p.						

N40						
63,0	Marjaana Vähäsantanen	137,5	92,5	152,5	382,5	2.
84+	Katariina Nokua	222,5	70,0	185,0	552,5	1.
84+	Susanna Nakari	120,0	65,0	132,5	317,5	2.
Joukkuepisteet 2. Suomi 33 p.						

N50						
72,0	Seija Skogman	95,0	80,0	112,5	287,5	5.
Joukkuepisteet 10. Suomi 6 p.						

N60						
52,0	Vuokko Viitasaari	110,0	72,5	150,5	301,5	1.
52,0	Pirjo Kemppainen	75,0	35,0	100,0	210,0	2.
Joukkuepisteet 2. Suomi 21 p.						

N70						
47,0	Eila Kumpuniemi	85,0	45,0	110,0	241,0	1.
Joukkuepisteet 1. Suomi 12 p.						

Varustepenkkipunnerrus, masters EM, 13. – 15.10.2016, Hamn, Luxemburg

Sarja	Nimi	Tulos	SIJ.
-------	------	-------	------

M40			
74,0	Henrikki Syrjälä	215,0	1.
93,0	Petteri Laurikainen	235,0	6.
120,0	Lasse Leinonen	307,5	1.
Joukkuepisteet 5. Suomi 26 p.			

M50			
66,0	Tahvo Jauhojärvi	135,0	2.
83,0	Stig Björkqvist	202,5	2.
93,0	Seppo Norpila	DSQ	-
Joukkuepisteet 6. Suomi 18 p.			

M60			
66,0	Markku Kemppainen	112,5	2.
66,0	Seppo Flink	100,0	3.
74,0	Antero Kauranen	140,0	2.
83,0	Voitto Ahopelto	135,0	6.
120,0	Harri Tirronen	192,5	3.
Joukkuepisteet 2. Suomi 39 p.			

M70			
93,0	Seppo Komppa	157,5	1.
Joukkuepisteet 6. Suomi 12 p.			

N40			
72,0	Satu Luoto	102,5	2.
84,0	Pia Valkonen	120,0	3.

84+ Katariina Nokua 150,0 1.
Joukkuepisteet 2. Suomi 29 p.

N50

52,0 Eira Pajuharju 70,0 2.
63,0 Tarja Uppala 100,0 1.
Joukkuepisteet 3. Suomi 21 p.

N60

47,0 Pirjo Kemppainen 32,5 1.
52,0 Aira Knutars 81,5 1.
Joukkuepisteet 3. Suomi 24 p.

Varustevoimanosto, miesten ja naisten MM, 14. – 20.11.2016, Orlando, USA

Sarja	Nimi	JK	PP	MN	YT	SIJ.
M						
66,0	Antti Savolainen	262,5	200,0	300,0	762,5	3.
105,0	Jussi Kangasvieri	337,5	237,5	300,0	875,0	13.
120+	Kenneth Sandvik	390,0	347,5	300,0	1037,5	7.
120+	Jari Martikainen	375,0	245,0	360,0	980,0	9.

Joukkuepisteet 12. Suomi 15 p.

SUOMALAISET MITALISTIT VUODEN 2016 KANSAINVÄLISISSÄ MESTARUUSKILPAILUISSA

Miehet

Varustevoimanoston MM-kilpailut

Antti Savolainen 3.

Klassisen penkkipunnerruksen MM-kilpailut

Sami Pullinen 1.
Timo Hokkanen 1.

Varustepenkkipunnerruksen MM-kilpailut

Fredrik Smulter 2.
Ove Lehto 3.

Klassisen voimanoston EM-kilpailut

Antti Savolainen 1.
Sami Nieminen 1.

Klassisen voimanoston Länsi-Euroopan mestaruuskilpailut

Eetu Kumpulainen 2.
Janne Hakala 3.

Varustevoimanoston EM-kilpailut

Antti Savolainen 1.

Varustepenkkipunnerruksen EM-kilpailut

Simon Kankkonen 2.
Kenneth Sandvik 1.

Naiset

Klassisen voimanoston MM-kilpailut

Hanna Rantala 3.

Klassisen penkkipunnerruksen MM-kilpailut

Hanna Rantala 1.

Johanna Kankus 2.

Varustepenkkipunnerruksen MM-kilpailut

Marcela Sandvik 1.

Klassisen voimanoston EM-kilpailut

Hanna Rantala 1.

Johanna Kankus 2.

Klassisen voimanoston Länsi-Euroopan mestaruuskilpailut

Andreea Luminita Vasilescu 2.

Katja Ronkainen 3.

Varustepenkkipunnerruksen EM-kilpailut

Marcela Sandvik 1.

Nuoret/miehet

Klassisen voimanoston MM-kilpailut

Sami Lehtonen 3.

Klassisen voimanoston EM-kilpailut

Jarkko Perttula 2.

Klassisen penkkipunnerruksen MM-kilpailut

Matias Kulmala 1.

Klassisen voimanoston PM-kilpailut

Jere Kirkanen 1.

Juho Leppiniemi 2.

Ilkka Alaluopa 1.

Jaakko Raudaskoski 2.

Joonas Leinonen 3.

Teemu Hällfors 2.

Jere Savolainen 3.

Nuoret/naiset

Klassisen voimanoston MM-kilpailut

Fanny Lamminen 3.

Veera Mäkelä 3.

Susanna Törrönen 1.

Krista Määttä 2.

Varustepenkkipunnerruksen MM-kilpailut

Elli Rautiainen 3.

Klassisen penkkipunnerruksen MM-kilpailut

Susanna Törrönen 1.

Klassisen voimanoston EM-kilpailut

Fanny Lamminen 2.

Anette Kirkanen 3.

Heini Lipponen 1.

Susanna Törrönen 1.

Henna Kaasalainen 2.

Krista Määttä 3.

Satu Sakko 2.

Tuulia Lohivuo 3.

Mirka Valo 2.

Klassisen voimanoston PM-kilpailut

Olivia Kyösti 1.

Anette Kirkanen 1.

Mira Kamberg 2.

Heini Lipponen 1.

Veera Mäkelä 2.

Maria Konkola 2.

Nana Mäkynen 3.

Johanna Tammela 1.

Hanna Seppä 1.

Amanda Tuomola 2.

Krista Määttä 3.

Melisa Heinonen 2.

Varustevoimanoston PM-kilpailut

Elli Rautiainen 3.

Masters/miehet**Klassisen voimanoston MM-kilpailut**

Tapio Kähäri 3.

Mikko Seikkula 1.

Varustevoimanoston MM-kilpailut

Ari-Pekka Töllikkö 1.

Antti Liimatainen 2.

Petri Heikkinen 3.

Mika Paasonen 3.

Kari Räihä 3.

Jari Niskanen 1.

Tapani Laitala 2.

Martti Kilpeläinen 1.

Markku Kemppainen 3.

Antero Juntunen 2.

Raimo Sandelin 1.

Klassisen penkkipunnerruksen MM-kilpailut

Seppo Flink	1.
Antero Kauranen	1.
Tomi Halmesmäki	2.
Voitto Ahopelto	2.
Sami Mäkelä	2.
Tahvo Jauhojärvi	3.
Markku Väisänen	1.

Varustepenkkipunnerruksen MM-kilpailut

Lasse Leinonen	3.
Kenneth Sandvik	1.
Seppo Komppa	3.

Varustevoimanoston EM-kilpailut

Ari-Pekka Töllikkö	1.
Pentti Rimpi	2.
Timo Orava	1.
Jari Niskanen	3.
Antero Juntunen	2.

Varustepenkkipunnerruksen EM-kilpailut

Henrikki Syrjälä	1.
Markku Kemppainen	2.
Antero Kauranen	2.
Seppo Flink	3.
Harri Tirronen	3.
Lasse Leinonen	2.
Tahvo Jauhojärvi	2.
Stig Björkqvist	2.
Seppo Komppa	1.

Masters/naiset**Klassisen voimanoston MM-kilpailut**

Marjaana Vähäsantanen	2.
Katariina Nokua	1.

Varustevoimanoston MM-kilpailut

Marjaana Vähäsantanen	3.
Katariina Nokua	1.
Susanna Nakari	2.
Vuokko Viitasaari	1.
Pirjo Kemppainen	2.
Eila Kumpuniemi	1.

Klassisen penkkipunnerruksen MM-kilpailut

Satu Luoto	1.
------------	----

Varustepenkkipunnerruksen MM-kilpailut

Satu Luoto	2.
------------	----

Katariina Nokua	1.
Pia Valkonen	2.
Tarja Uppala	2.
Aira Knutars	1.

Varustevoimanoston EM-kilpailut

Tarja Tähkänen	3.
Katariina Nokua	1.
Pirjo Kemppainen	1.
Eila Kumpuniemi	1.

Varustepenkkipunnerruksen EM-kilpailut

Satu Luoto	2.
Pia Valkonen	3.
Katariina Nokua	1.
Eira Pajuharju	2.
Tarja Uppala	1.
Pirjo Kemppainen	1.
Aira Knutars	1.

Mitalien lukumäärä oli yhteensä 121 mitalia, joista kultaisia 49 kpl, hopeisia 41 kpl ja pronssisia 31 kpl. Mitaleista avointen sarjojen miesnostajat saivat 12 mitalia ja naiset yhdeksän mitalia. Juniorimiehet saivat 10 mitalia ja -naiset 28 mitalia. Mastersmiehet saivat 37 mitalia ja -naiset 25 mitalia.

Sijoitus maiden rankingissa

Kansainvälinen Voimanostoliitto (IPF) ei pidä maiden välistä rankinglistaa. SVN:n oman tilastoinnin perusteella Suomi on maiden välisessä vertailussa 6. sijalla IPF:n n. 100 jäsenmaan joukossa. Edellä ovat v. 2016 MM -kisatulosten perusteella; USA, Japani, Kanada, Iso-Britannia ja Ranska.

9. VUODEN 2016 PARHAAT

Voimanosto, miehet	Antti Savolainen
Voimanosto, naiset	Hanna Rantala
Voimanosto, nuoret miehet	Sami Lehtonen
Voimanosto, nuoret naiset	Susanna Törrönen
Penkkipunnerrus, miehet	Timo Hokkanen
Penkkipunnerrus, naiset	Marcela Sandvik
Penkkipunnerrus, nuoret miehet	Matias Kulmala
Penkkipunnerrus, nuoret naiset	Susanna Törrönen
Mastersnostaja	Mikko Seikkula
Seura	Tampereen Voimanostajat
Erityismaininta	Herwannan Hauiskääntö
Seura-aktiivi	Jari Niskanen
Valmentaja	Ei valittu
Tuomari	Helena Kvist

Medialle ilmoitetaan, että Antti Savolainen on vuoden paras urheilija.

Voimamalja-kilpailun 10 parasta joukkuetta

1. Kankaanpään Voimailijat ry	990 p.
2. Team Nordic Thunder ry	748 p.
3. Kokkolan Jymy ry	585 p.

4. Sotkamon Visa ry	449 p.
5. Tampereen Voimanostajat r.y.	433 p.
6. Helsingin Tarmo ry	429 p.
7. Ålands Kraftsportklubb rf	312 p.
8. Joensuun Punttipojat ry	310 p.
9. Helsingin Atleettiklubi	308 p.
10. Salon Voimailijat ry	305 p.

10. ANTIDOPING

Liitolla on oma antidopingohjelma. Siinä on huomioitu niin urheilijoiden sitouttaminen antidopingsäännöstöön kuin käytännön toimenpiteet. Antidopingohjelma sisältää kriisiviestintäohjeiston. Antidopingohjelma ja antidopingsopimus uudistettiin vuoden 2014 syyskokouksessa ja ne tulivat voimaan vuoden 2015 alusta.

Liitolla on myös kattava antidopingsopimus, joka tehdään urheilijoiden ja liiton välille. Ilman voimassa olevaa antidopingsopimusta urheilija ei voi kilpailla liiton alaisessa kilpailussa. Sama koskee myös alaikäisiä urheilijoita. ADT:n aloitteesta ja kustannuksella tehtyjen testien lisäksi liitto on kohdentanut varoja dopingtestaukseen, sekä pitänyt antidopingasiasia esillä liiton viestinnässä Voimanostaja-lehden ja liiton kotisivujen välityksellä. Liitto järjestää urheilijoille myös antidopingkoulutusta. Jokaiseen, erityisesti nuorille järjestettävään voimanostoleiriin sisältyy ADT:n edustajan pitämä antidopingluento.

Liitto on osallistunut antidopingtyöhön aktiivisesti myös IPF:ssä, jonka antidopingkomitean jäsenenä on toiminut **Kalevi Sorsa**.

Voimanostajille Suomessa v. 2016 tehdyt dopingtestit jakaantuvat seuraavasti:

Testejä yhteensä 154 kpl, joista veritestejä oli 36. Testeistä 109 kohdistettiin miesurheilijoihin ja 45 naisurheilijoihin. Testeistä 99 oli kilpailun ulkopuolella ja 55 kilpailuissa. Dopingtesteistä 36 oli veritestejä. Vuoden 2016 aikana oli yksi dopingtapaus. Vuosina 2014 ja 2015 ei ollut dopingtapauksia.

11. MUUT TAPAHTUMAT JA OSALLISTUMISET

- 25.5.2016 Rohkeasti kohti yhteistä menestystä – liikunta ja urheiluyhteisön tulevaisuus, Helsinki **Arto Hannolin**
- 20.6.2016 Olympiakomitean ja Valon ylimääräinen kokous, Valo-talo Helsinki, **Arto Hannolin**
- 4.11.2016 Urheilun oikeusturvapäivä, VALO-talo Helsinki, **Tero Hyttinen**
- 21.12.2016 SUEKn lajiliittokokous VALO-talo Helsinki, **Tero Hyttinen, Timo Lillbacka ja Jari Rantapelkonen**

Liitto hyväksyttiin Suomen Olympiakomitean varsinaiseksi jäseneksi Ok:n syyskokouksessa 26.11.2016 Lahdessa.

Espoo 4.3.2017

SUOMEN VOIMANOSTOLIITTO RY
hallitus