



# SUOMEN VOIMANOSTOLIITTO RY

---

## TOIMINTAKERTOMUS VUODELTA 2013

### SISÄLLYSLUETTELO

1.	<i>HALLINTO</i> .....	2
2.	<i>JÄSENSEURAT</i> .....	3
3.	<i>HARRASTAJAT</i> .....	3
4.	<i>VIESTINTÄ- JA JULKAISUTOIMINTA</i> .....	3
5.	<i>KOULUTUS- JA VALMENNUSTOIMINTA</i> .....	4
6.	<i>KANSAINVÄLINEN TOIMINTA</i> .....	4
7.	<i>TALOUS</i> .....	5
8.	<i>KILPAILUTOIMINTA</i> .....	6
	<i>SUOMEN MESTARIT VUONNA 2013</i> .....	8
	<i>KANSAINVÄLISET KILPAILUT, suomalaisten tulokset ja sijoitukset, maiden ranking</i> .....	15
	<i>SUOMALAISET MITALISTIT VUODEN 2013 MM ja EM-kisoissa</i> .....	21
9.	<i>VUODEN 2013 PARHAAT</i> .....	24
10.	<i>ANTIDOPING</i> .....	25
11.	<i>MUUT TAPAHTUMAT JA OSALLISTUMISET</i> .....	25

# SUOMEN VOIMANOSTOLIITTO RY

## TOIMINTAKERTOMUS VUODELTA 2013

---

### 1. HALLINTO

Liiton toimintaa hoitaa hallitus, jonka puheenjohtajana toimi kertomusvuonna Kalevi Sorsa. Varapuheenjohtajana toimi Tero Hyttinen ja sihteerinä Jari Rantapelkonen. Muut hallituksen jäsenet olivat Antti Avanne, Risto Mäki, Margetta Salminen ja Seppo Sohlman. Hallituksen 1. varajäsenen oli Arto Hannolin ja 2. varajäsen Timo Heiskanen.

Hallitukselle raportoivan nuorisovaliokunnan puheenjohtajana toimi kertomusvuonna Samuel Lappalainen (JoPuPo). Muut valiokunnan jäsenet olivat Antti Avanne (TVN), Jari Rantapelkonen (TNT), Seppo Sohlman (TNT) ja Anni Vuohijoki (TNT)

Veteraanivaliokunnan puheenjohtajana toimi hallituksen jäsen Risto Mäki (KGB). Muut jäsenet olivat Voitto Ahopelto (YLÖR), Seppo Flink (HartVo), Harri Hagfors (MY-Power), Rami Huovinen (SalVo), Annika Jutila (HPV), Jorma Roininen (RAYVO) ja Mervi Sirkiä (TNT).

Viestintävaliokunnan puheenjohtaja toimi Voimanostaja-lehden päätoimittaja Anni Vuohijoki. Muut jäsenet olivat: liiton sihteeri Jari Rantapelkonen, Voimanostaja -lehden taitosta, painosta ja jakelusta vastannut Antti Savolainen (TNT), sekä lehden päätoimittaja Heikki Virtanen (HPV). Sanna Apuli (Py-Pa) toimi valiokunnan jäsenenä 28.8. alkaen tehtäväänään Voimanostaja-lehden taittoversion tekstien viimeistelyyn osallistuminen. Valiokunnan jäsenenä oli lisäksi liiton verkkosivujen moderaattori.

Arto Hannolin (HPV) toimi valmennusvaliokunnan puheenjohtajana. Tommi Paavilainen (KP) oli valiokunnan jäsen.

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

Avoimen luokan maajoukkueiden koordinaattorina toimi Tommi Paavilainen.

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 13.4.2013 Riihimäellä ja 26.10.2013 pidetty syyskokous oli niin ikään Riihimäellä.

Hallituksen kokouksia pidettiin kertomusvuonna yhteensä viisi kertaa. Niiden lisäksi hallitus teki päätöksiä myös sähköpostitse.

Liiton toiminnantarkastajan toimi Ilkka Metsäterä Riihimäeltä. Varatoiminnantarkastaja oli Heikki Orasmaa Helsingistä.

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 sekä Pohjoismaiden ennätysten päivittämisestä on vastannut Timo Heiskanen (RAYVO).

## 2. JÄSENSEURAT

Uudet jäsenseurat v. 2013: Pyhtään Yritys ry, Ylistaron Kilpa-Veljet ry, Parkanon Puntti ry, Karstulan Kiva ry.

Liitossa oli kertomusvuoden lopussa yhteensä 111 jäsenseuraa.

Jäsenseurat, jotka eivät maksaneet jäsenmaksua vuonna 2013: Hauhon Sisu ry, Kaustisen Pohjan-Veikot ry, MaxPower ry, Tuusniemen Raju ry.

## 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. 4500 voimanoston harrastajaa. Kilpailulisenssin omaavia heistä oli kertomusvuonna 844, joista naisia 111.

## 4. VIESTINTÄ- JA JULKAISUTOIMINTA



Liiton pääasiallisena viestintäkanavana on käytetty liiton verkkosivuja [www.suomenvoimanosoliitto.fi](http://www.suomenvoimanosoliitto.fi) Sivustolla oli kertomusvuonna n. 400.000 käyntiä. Sähköiseen viestintään on käytetty myös liiton facebook-sivuja.

Liiton verkkosivuille syyskuussa tehdyn tietomurron vuoksi sivusto jouduttiin sulkemaan ja tekemään tilalle väliaikainen sivusto, jotta tärkeimmät asiat saatiin julkaistua. Kokonaan uudelle alustalle tehtävän sivuston rakentaminen aloitetaan tammikuussa 2014.

Voimanostaja-lehti ilmestyi viisi kertaa v. 2013. Liiton verkkosivujen ja facebook - sivujen lisäksi lehteä on käytetty liiton virallisena tiedotuskanavana jäsenseuroille. Lehden päätoimittajana toimivat vuoron perään Anni Vuohijoki ja Heikki Virtanen. Taittajana on toiminut Antti Savolainen.

## 5. KOULUTUS- JA VALMENNUSTOIMINTA



Otettiin osaa SPNL:n loppuvuodesta 2012 aloittamaan ja 10.2.2013 päättyneeseen II-tason valmentajakoulutukseen. Samuel Lappalainen osallistui koulutukseen liiton kustantamana. Teemu Ahtiainen ja Kaj Mattila ottivat osaa koulutukseen omalla tai seuransa kustannuksella. Voimanoston lajikouluttajana toimi Arto Hannolin.

Nuorten voimanostoleiri pidettiin Vuokatin Urheilukeskuksessa 29.11.–1.12. Leirillä oli ADT:n luento.

Liiton tuomarikouluttajina toimivat kv. I-luokan tuomarit.

Kansallisen tason II -luokan tuomareista ylennettiin I-luokkaan Teemu Ahtiainen, Marcela Sandvik, Janne Heittokangas ja Risto Mäki.

Kansallisen II-luokan tuomarikoetilaisuuksia pidettiin seurojen tilauksesta 2 kpl. Kokeen läpäisi yhteensä 7 kokelasta.

## 6. KANSAINVÄLINEN TOIMINTA

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

Nuorten voimanoston PM-kisat, Reykjavik, Islanti, 23.2.

Nuorten voimanoston EM-kisat, Praha, Tšekki, 9.-13.4.

Veteraanien penkkipunnerruksen MM-kisat, Praha, Tšekki, 18.–21.4.

Miesten ja naisten voimanoston EM-kisat, Pilsen, Tšekki, 7.-11.5.

Penkkipunnerruksen (nuoret ja avoin) MM-kisat, Kaunas, Liettua, 22.–26.5.

Voimanoston (klassinen) MM-kisat, Suzdal, Venäjä, 11.–16.6.

Veteraanien voimanoston EM-kisat, Hamm, Luxemburg, 9.-13.7.

World Games, Cali, Kolumbia, 30.7.–1.8.

Penkkipunnerruksen EM-kisat, Senec, Slovakia, 8.-10.8.

Nuorten voimanoston MM-kisat, Killeen, USA, 27.8.–1.9.

Veteraanien voimanoston MM-kisat, Orlando, USA, 23.–30.9.

Veteraanien penkkipunnerruksen EM-kisat, Sofia, Bulgaria, 17.–19.10.

Miesten ja naisten voimanoston MM-kisat, Stavanger, Norja, 5.-10.11.

### ***Suomeen myönnetyt arvokisat:***

Klassisen voimanoston MM-kisat järjestetään Salossa kesäkuun alussa 2015.

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

**Kalevi Sorsa** on toiminut Kansainvälisen Voimanostoliiton (IPF) muutoksenhakukomitean (Appeal Committee) puheenjohtajana 3.11.2013 lähtien, sekä toiminut IPF:n antidopingkomission (Anti-Doping Commission) jäsenenä. Lisäksi hän on ylläpitänyt IPF:n voimanoston ja penkkipunnerruksen rankingtilastoa.

**Tero Hyttinen** on toiminut Pohjoismaiden Voimanostoliiton (NPF) hallituksen jäsenenä.

**Jari Rantapelkonen** on toiminut IPF:n kurinpitokomitean (Disciplinary Committee) jäsenenä, sekä toiminut 6.5.2013 lähtien Euroopan Voimanostoliiton (EPF) lainsäädäntökomitean (Law & Legislation Committee) puheenjohtajana ja EPF:n hallituksen jäsenenä.

### ***Muu kansainvälinen toiminta:***

**Kalevi Sorsa** otti osaa Tshekin Pilsenissä 6.5.2013 pidettyyn EPF:n yleiskokoukseen.

**Jari Rantapelkonen** otti osaa Stavangerissa, Norjassa 3.11.2013 pidettyyn IPF:n yleiskokoukseen.

**Matti Rajaniemi** läpäisi kansainvälisen II-luokan tuomarikokeen Tshekin Pilsenissä 7.-11.5. pidettyjen voimanoston EM-kisojen yhteydessä.

### ***Tuomaritoimintaan kansainvälisissä kisoissa osallistuivat seuraavat kansainväliset tuomarit:***

Kalevi Sorsa  
Harri Hagfors  
Arto Hannolin  
Tero Hyttinen  
Ville Orasmaa  
Jari Rantapelkonen  
Margetta Salminen  
Mervi Sirkiä  
Seppo Sohlman

## **7. TALOUS**

Kertomusvuodelta laadittu tilinpäätös osoittaa 2901,45 euron ylijäämää, joka on kirjattu lisäyksenä liiton omaan pääomaan.

Lisenssituotot olivat kertomusvuonna 54.325,00 euroa, jossa on lisäystä edelliseen vuoteen verrattuna 4030,00 euroa.

Jäsenmaksutuottoja saatiin kertomusvuonna 21.140,00 euroa. Liiton jäsenmaksun maksaneita seuroja oli vuoden lopussa siten 106.

Valtion toiminta-avustusta liitto sai 50.000 euroa. Avustus oli samansuuruinen kuin edellisenä vuonna saatu avustus.

Kansainvälisiin kisamatkoihin käytettiin 41.446,53 euroa.

Kilpailutoiminnan kokonaiskulut olivat 79.191,48 euroa ja tuotot ilman lisenssituottoja olivat 47.845,00 euroa. Kilpailutoiminnan tappio oli siten 31.346,48 euroa.

Julkaisutoiminnan (Voimanostaja-lehti) laskennallinen tappio oli 23.200,22 euroa.

Henkilöstökulut sosiaalikuluihin ja vakuutuksiin olivat 27.920,60 euroa. Kulut johtuvat liiton sihteerille ja kirjanpitäjälle maksetuista palkkioista.

## 8. KILPAILUTOIMINTA

Lisenssin lunastaneita urheilijoita liitossa oli yhteensä 844 (edellisenä vuonna 798). Nuorten (17 v.) 35 euron hintaisen lisenssin lunastaneita oli 52. Loppuvuoden lisenssin (1.7–31.12) lunastaneita oli 84.

Lisenssit jakautuivat ikäluokittain seuraavasti:

		v. 2012
Nuoret 17 v.	52 kpl	61 kpl
Nuoret 20 v.	97 kpl	85 kpl
Nuoret 23 v.	60 kpl	54 kpl
Avoin luokka	310 kpl	291 kpl
Veteraanit 40–49 v.	136 kpl	143 kpl
Veteraanit 50–59 v.	118 kpl	91 kpl
Veteraanit 60–69 v.	46 kpl	48 kpl
Veteraanit 70 + v.	18 kpl	18 kpl
Naisia yhteensä	111	91
Miehiä yhteensä	733	700
Kaikki yhteensä	844	791

### Voimanosto - 10 parasta Wilksin pisteissä, miehet:

Sija	Nimi	SV	Paino	Seura	Yht. tulos	Pisteet	Pvm.
1.	Kenneth Sandvik.	75	138,65	ÅKK	1072,5	600,20	12.10.
2.	Ove Lehto	72	132,40	ÅKK	1037,5	584,93	30.11.
3.	Antti Savolainen	78	65,69	TNT	735,0	579,36	04.11.
4.	Jari Martikainen	75	139,60	TuuRa	975,0	545,07	26.01.
5.	Mikko Ronkainen	87	91,95	OPT	860,0	543,20	26.01.
6.	Tomi Muhonen	83	107,45	OPT	900,0	538,25	26.01.
7.	Sami Pullinen	83	119,55	Tap.Erä	922,5	530,83	26.01.
8.	Petteri Keränen	87	80,30	KEV	775,0	527,85	26.01.
9.	Sami Nieminen	75	73,55	KPU	730,0	527,39	26.01.
10.	Vesa Mattila	80	83,00	VilpVe	777,5	518,98	26.01.

### Voimanosto - 10 parasta Wilksin pisteissä, naiset:

Sija	Nimi	SV	Paino	Seura	Yht. tulos	Pisteet	Pvm.
1.	Raija Jurkko	63	46,54	KK Eken	410,0	555,32	30.07.
2.	Mervi Rantamäki	74	59,00	KP	487,5	550,65	30.07.
3.	Sanna Apuli	81	50,38	Py-Pa	422,5	539,65	04.11.
4.	Mervi Sirkiä	72	51,85	TNT	417,5	521,63	07.05.
5.	Marcela Sandvik	74	51,70	ÅKK	397,5	497,75	26.01.
6.	Katariina Nokua	73	102,21	TVN	552,5	457,18	09.07.
7.	Riina Lahti	80	62,60	PV	415,0	447,85	11.05.
8.	Anni Vuohijoki	88	62,95	TNT	415,0	445,96	11.06.
9.	Johanna Kankus	84	70,90	Tap.Erä	450,0	443,78	19.10.
10.	Maria Lindberg	73	56,45	KP	357,5	418,01	09.03.

### Voimanosto (klassinen) - 10 parasta Wilksin pisteissä, miehet:

Sija	Nimi	SV	Paino	Seura	Yht. tulos	Pisteet	Pvm.
1.	Tomi Muhonen	83	104,60	OPT	813,0	486,47	16.11.
2.	Tero Seppänen	72	138,75	HuiVo	867,5	485,42	16.11.
3.	Antti Savolainen	78	65,80	TNT	600,0	472,30	11.06.
4.	Ove Lehto	72	122,65	ÅKK	825,5	472,28	23.03.
5.	Sami Nieminen	75	73,65	KPU	652,5	470,94	11.06.
6.	Tuomas Hautala	92	119,75	LaPo	815,5	469,08	19.10.
7.	Mikko Ronkainen	87	92,20	OPT	732,5	462,06	10.03.
8.	Mikko Muttonen	87	94,30	SaJy	737,5	460,27	14.12.
9.	Timo Hokkanen	79	115,50	HuiVo	788,5	457,63	16.11.
10.	Timo Inkinen	82	92,55	Tap.Erä	715,0	450,20	10.03.

**Voimanosto (klassinen) - 10 parasta Wilksin pisteissä, naiset:**

Sija	Nimi	SV	Paino	Seura	Yht. tulos	Pisteet	Pvm.
1.	Anni Vuohijoki	88	62,95	TNT	415,0	445,96	11.06.
2.	Johanna Kankus	84	70,90	Tap.Erä	450,0	443,78	19.10.
3.	Maria Lindberg	73	56,45	KP	357,5	418,01	09.03.
4.	Marcela Sandvik	74	52,00	ÅKK	330,5	412,01	19.10.
5.	Mervi Sirkiä	72	51,70	TNT	320,0	400,71	09.03.
6.	Susanna Virkkunen	73	70,60	S-V	397,5	393,14	02.03.
7.	Katariina Nokua	73	105,65	TVN	465,0	381,53	02.03.
8.	Kirsi Oja	75	59,20	PV	337,5	380,22	04.05.
9.	Mari Engberg	82	61,05	HäVo	337,5	371,27	09.03.
10.	Alina Leisiö	78	75,30	TurSa	385,0	365,08	09.03.

**Penkkipunnerrus - 10 parasta Wilksin pisteissä, miehet:**

Sija	Nimi	SV	Paino	Seura	Tulos	Pisteet	Pvm.
1.	Kenneth Sandvik	75	140,90	ÅKK	342,5	191,21	20.05.
2.	Fredrik Smulter	83	137,80	MIF	335,0	187,65	02.02.
3.	Petri Kuosma	79	103,80	RAYVO	310,0	186,00	04.05.
4.	Ove Lehto	72	132,40	ÅKK	325,0	183,23	30.11.
5.	Sami Pullinen	83	120,00	Tap.Erä	308,0	177,08	02.11.
6.	Simon Kankkonen	82	92,20	KoJy	277,5	175,05	11.05.
7.	Jarmo Myller	68	118,40	JoPuPo	300,0	173,03	06.07.
8.	Lasse Leinonen	73	122,00	JoPuPo	300,0	171,83	06.07.
9.	Timo Hokkanen	79	114,45	HuiVo	292,5	170,18	02.02.
10.	Jukka Seppänen	77	118,65	Tap.Erä	295,0	170,06	08.08.

**Penkkipunnerrus - 10 parasta Wilksin pisteissä, naiset:**

Sija	Nimi	SV	Paino	Seura	Tulos	Pisteet	Pvm.
1.	Sandra Lönn	74	106,15	ÅKK	220,0	180,31	24.08.
2.	Marcela Sandvik	74	51,45	ÅKK	117,5	147,69	08.08.
3.	Mervi Rantamäki	74	62,10	KP	125,0	135,72	18.05.
4.	Hanna-Mari Maaninen	80	81,55	RKV-86	140,0	126,77	02.02.
5.	Tarja Uppala	65	65,05	SalVo	120,5	126,34	05.01.
6.	Raija Jurkko	63	46,45	KK Eken	92,5	125,46	02.02.
7.	Katariina Nokua	73	100,80	TVN	147,5	122,52	24.09.
8.	Merja Mynttinen	58	94,60	LVK-Team	142,5	120,79	02.11.
9.	Mervi Sirkiä	72	51,85	TNT	95,0	118,69	26.01.
10.	Sanna Apuli	81	50,45	Py-Pa	90,0	114,83	02.02.

**Penkkipunnerrus (klassinen) - 10 parasta Wilksin pisteissä, miehet:**

Sija	Nimi	SV	Paino	Seura	Tulos	Pisteet	Pvm.
1.	Fredrik Smulter	83	145,1	MIF	268,0	148,98	07.11.
2.	Timo Hokkanen	79	115,50	HuiVo	241,0	139,87	16.11.
3.	Tero Seppänen	72	140,50	HuiVo	245,0	136,83	21.09.
4.	Ove Lehto	72	129,30	ÅKK	230,0	130,21	19.10.
5.	Risto Joensuu	88	82,15	HPV	190,0	127,61	02.11.
6.	Jussi Kokko	86	59,00	Ols-Ta	145,0	125,60	09.11.
7.	Erkki Rajala	62	73,45	PV	172,5	124,74	17.08.
8.	Antti Savolainen	78	65,65	TNT	157,5	124,21	17.08.
9.	Tuomas Nikkilä	78	72,50	TamRy	170,0	124,10	15.06.
10.	Jere Vento	89	71,70	PaPu	167,5	123,28	17.08.

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

Sija	Nimi	SV	Paino	Seura	Tulos	Pisteet	Pvm.
1.	Susanna Virkkunen	73	70,15	S-V	115,0	114,24	17.08.
2.	Johanna Kankus	84	71,50	Tap.Erä	110,0	107,86	11.06.
3.	Marcela Sandvik	74	51,95	ÅKK	82,5	102,92	13.07.
4.	Sabine Haavisto	71	67,45	Tap.Erä	97,5	99,56	17.08.
5.	Maria Lindberg	73	56,55	KP	85,0	99,25	11.06.
6.	Raija Jurkko	63	46,20	KK Eken	72,5	98,71	24.08.
7.	Sandra Lönn	74	106,15	ÅKK	120,0	98,35	24.08.
8.	Anni Vuohijoki	88	62,95	TNT	90,0	96,71	11.06.
9.	Susanna Törrönen	98	82,60	S-V	105,0	94,44	14.12.
10.	Satu Luoto	69	62,60	LVK-Team	87,5	94,43	02.06.

**SUOMEN MESTARIT VUONNA 2013****Voimanosto, miesten ja naisten SM-kisat, Ylitornio, 26.1.****Miehet**

Sarja	Nimi	Seura	JK	PP	MN	YT
66,0	Antti Savolainen	TNT	235,0	190,0	265,0	690,0
74,0	Sami Nieminen	KPU	260,0	180,0	290,0	730,0
83,0	Vesa Mattila	VilpVe	270,0	217,5	290,0	777,5
93,0	Mikko Ronkainen	OPT	340,0	220,0	300,0	860,0
105,0	Tomi Muhonen	OPT	350,0	245,0	305,0	900,0
120,0	Ove Lehto	ÅKK	357,5	285,0	332,5	975,0
120+	Jari Martikainen	TuuRa	370,0	255,0	350,0	975,0

**Naiset**

47,0	Eila Kumpuniemi	RaPe	80,0	45,0	112,5	237,5
52,0	Sanna Apuli	Py-Pa	165,0	87,5	167,5	420,0
63,0	Riina Lahti	PV	170,0	90,0	142,5	402,5
72,0	Minna Piirainen	So-Vi	135,0	80,0	167,5	382,5
84,0	Virve Ilves	JoPuPo	140,0	75,0	150,0	365,0
84+	Katariina Nokua	TVN	240,0	-----	-----	ei tulosta

**Voimanosto, nuorten SM-kisat, Ylitornio 27.1.****N20**

Sarja	Nimi	Seura	JK	PP	MN	YT
57,0	Krista Määttä	So-Vi	130,0	72,5	145,0	347,5
84,0	Mirella Laukkanen	KiuTe	177,5	77,5	135,0	390,0

**N23**

57,0	Erika Gadzová	ÅKK	105,0	60,0	112,5	277,5
------	---------------	-----	-------	------	-------	-------

**M17**

59,0	Juuso-Ville Rautiainen	RAYVO	130,0	110,0	145,0	385,0
74,0	Tatu Sokka	HPV	205,0	142,5	210,0	557,5

**M20**

74,0	Matias Viiperi	KoJy	220,0	135,0	200,0	555,0
83,0	Pedro Björkstедt	So-Vi	222,5	130,0	230,0	582,5
93,0	Jarkko Perttula	Py-Pa	315,0	182,5	260,0	757,5
105,0	Teemu Leppänen	PiKe	290,0	165,0	320,0	775,0



<b>M23</b>						
74,0	Toni Väisänen	VarpVi	260,0	150,0	260,0	670,0
83,0	Jan Lipponen	TNT	200,0	127,5	240,0	567,5
105,0	Matias Mäkinen	JVK	285,0	170,0	270,0	725,0

### Penkkipunnerrus, miesten ja naisten SM-kisat, Turku, 2.2.

#### **Naiset**

Sarja	Nimi	Seura	Tulos
47,0	Raija Jurkko	KK Eken	92,5
52,0	Marcela Sandvik	ÄKK	110,0
57,0	Mervi Sirkiä	TNT	92,5
63,0	Tarja Uppala	SalVo	110,0
72,0	Maritta Jaurola	RAYVO	77,5
84,0	Hanna-Mari Maaninen	RKV-86	140,0
84+	Katariina Nokua	TVN	145,0

#### **Miehet**

59,0	Juha-Matti Englund	RAYVO	140,0
66,0	Marko Saarimaa	KoJy	202,5
74,0	Tuomas Nikkilä	TamRy	217,5
83,0	Tomi Vikla	JoPuPo	225,0
93,0	Simon Kankkonen	KoJy	257,5
105,0	Petri Kuosma	RAYVO	300,0
120,0	Ove Lehto	ÄKK	295,0
120+	Fredrik Smulter	MIF	335,0

### Penkkipunnerrus, nuorten ja veteraanien SM-kisat, Joensuu, 9.-10.2.

#### **N20**

Sarja	Nimi	Seura	Tulos
47,0	Jenna Pitkänen	SVV	35,0
57,0	Krista Määttä	So-Vi	73,0
84,0	Mirella Laukkanen	KiuTe	80,0

#### **N23**

57,0	Erika Gadzová	ÄKK	67,5
63,0	Beeda Arvaja	LVK-Team	ei tulosta

#### **N40**

57,0	Johanna Bies	SKIP	82,5
72,0	Minna Vierikko	YlöR	82,5
84,0	Pia Valkonen	SVV	92,5
84+	Katariina Nokua	TVN	145,5

#### **N50**

52,0	Aira Knutars	KajKu	80,0
57,0	Irmeli Vaulakorpi	HPV	72,5
63,0	Sinikka Näslund	TNT	70,0
84+	Merja Mynttinen	LVK-Team	130,0

#### **N60**

72,0	Maritta Jaurola	RAYVO	72,5
------	-----------------	-------	------

#### **N70**

52,0	Eila Kumpuniemi	RaPe	50,0
------	-----------------	------	------

<b>M17</b>			
59,0	Juuso-Ville Rautiainen	RAYVO	115,0
66,0	Tatu Hänninen	IiY	90,0
74,0	Tatu Sokka	HPV	163,5
<b>M20</b>			
53,0	Juho Niskanen	So-Vi	80,0
66,0	Joni Niskanen	So-Vi	90,0
74,0	Teemu Hällfors	YlöR	165,5
83,0	Kristian Lylykorpi	TamRy	170,5
93,0	Hannes Immonen	ÅKK	167,5
105,0	Yury Pellya	PaPu	190,0
120,0	Fred Salin	KK Eken	145,0
120+	Gökhan Aziz	RAYVO	132,5
<b>M23</b>			
74,0	Eero Mäki	LaPo	152,5
83,0	Kari Latomaa	KoJy	140,0
93,0	Juho Lappalainen	TNT	135,0
105,0	Markus Ahonen	VarpVi	240,0
120,0	Pekka Lindsten	EV	160,0
120+	Markku Laukkanen	KiuTe	212,5
<b>M40</b>			
59,0	Petri Niemi	TVN	135,0
66,0	Marko Saarimaa	KoJy	195,0
74,0	Henrikki Syrjälä	KaKa	180,0
83,0	Tomi Vikla	JoPuPo	225,0
93,0	Petteri Laurikainen	I-HV	227,5
105,0	Juha Pohjonen	KoJy	230,0
120,0	Lasse Leinonen	JoPuPo	272,5
120+	Markku Jansson	Tap.Erä	180,0
<b>M50</b>			
66,0	Jouko Kastegren	VarTa	90,0
74,0	Erkki Rajala	PV	205,0
83,0	Pekka Kovalainen	KoJy	187,5
93,0	Ahti Kokkonen	HPV	202,5
105,0	Veijo Räsänen	I-HV	212,5
120,0	Timo Rantala	Tap.Erä	65,0
120+	Kari Alakorpi	KarKa	220,0
<b>M60</b>			
59,0	Timo Palonen	TVN	125,0
66,0	Seppo Flink	HartVo	112,5
74,0	Hannu Lavonius	RAYVO	140,0
83,0	Reima Häkkinen	LVK-Team	172,5
93,0	Pasi Drushinin	KarKa	180,0
105,0	Harri Tirronen	JoPuPo	180,0
120,0	Mikko Seikkula	KoJy	195,0
120+	Tuomo Löllö	KoJy	180,0
<b>M70+</b>			
74,0	Olli Vento	I-HV	85,0
83,0	Olavi Kallio	HVV	ei tulosta
93,0	Reino Mikkola	HyKe	100,0
105,0	Klas Helén	ÅKK	115,0
120,0	Raimo Sandelin	PTVAK	140,0

**Voimanosto, veteraanien SM-kisat, Muurame, 23.–24.2.****N40**

Sarja	Nimi	Seura	JK	PP	MN	YT
63,0	Tarja Uppala	SalVo	105,0	105,0	127,5	337,5
72,0	Virve Ilves	JoPuPo	135,0	70,0	135,0	340,0
84+	Katariina Nokua	TVN	180,0	146,0	190,0	516,0

**N50**

57,0	Laila Viitanen	IiY	120,0	57,5	145,0	322,5
63,0	Katja Koivula	YlöR	75,0	57,5	100,0	232,5
72,0	May-Gun Grönholm	PV	105,0	57,5	137,5	300,0

**M40**

74,0	Sami Siltala	Py-Pa	240,0	157,5	230,0	627,5
83,0	Vesa Hartikainen	EV	225,0	205,0	220,0	650,0
93,0	Petteri Hakkarainen	HPV	250,0	192,5	267,5	710,0
105,0	Pasi Asikainen	KP	285,0	200,0	290,0	775,0
120,0	Pasi Kemppainen	HeTarmo	270,0	207,5	250,0	727,5
120+	Timo Luomanmäki	I-HV	280,0	182,5	250,0	712,5

**M50**

66,0	Timo Rautiainen	MY-Power	165,0	80,0	170,0	415,0
74,0	Asko Keränen	KEV	210,0	150,0	230,0	590,0
83,0	Antero Juntunen	KajKu	217,5	107,5	255,5	580,5
93,0	Seppo Norpila	K-UV	220,0	192,5	230,0	642,5
105,0	Tapani Laitala	HeTarmo	280,0	205,0	280,0	765,0
120,0	Aulis Aalto	Lo-Vo	260,0	207,5	280,0	747,5
120+	Kari Kallinki	TVN	330,0	205,0	285,0	820,0

**M60**

66,0	Rauno Lamberg	I-HV	112,5	95,0	135,0	342,5
74,0	Keijo Kuisma	OutVe	60,0	100,0	195,0	355,0
83,0	Christer Gustafsson	ÅKK	195,0	145,0	200,0	540,0
93,0	Veli Nevala	Py-Pa	245,0	140,0	255,0	640,0

**M70**

66,0	Torsten Ruotsala	KoJy	150,0	80,0	190,0	420,0
74,0	Olli Vento	I-HV	95,0	90,0	125,0	310,0
83,0	Niilo Tarvainen	NuVo	170,0	120,0	180,0	470,0
120,0	Muisto Marjamäki	MY-Power	140,0	115,0	110,0	365,0
120+	Raimo Sandelin	PTVAK	100,0	100,0	130,0	330,0

**Voimanosto (klassinen), nuorten ja veteraanien SM-kisat, Sotkamo, 2.-3.3.****N17**

Sarja	Nimi	Seura	JK	PP	MN	YT
84,0	Susanna Törrönen	S-V	110,0	90,0	150,0	350,0

**N20**

57,0	Krista Määttä	So-Vi	88,0	50,0	132,5	270,5
63,0	Melisa Heinonen	TNT	95,0	62,5	120,0	277,5

**N23**

57,0	Jaana Hiltunen	HeTarmo	106,0	67,0	110,0	283,0
63,0	Jenni Ouni	VarpVi	75,0	40,0	105,0	220,0
72,0	Anna-Kaisa Kostiainen	SaJy	105,0	55,0	160,0	320,0

<b>N40</b>						
57,0	Kirsi Raatikainen	Huima	87,5	45,0	117,5	250,0
63,0	Pirjo Palosaari	KaVo	102,5	57,5	122,5	282,5
72,0	Susanna Virkkunen	S-V	115,0	112,5	170,0	397,5
84,0	Piia Valkonen	SVV	115,0	70,0	137,5	322,5
84+	Katariina Nokua	TVN	187,5	97,5	180,0	465,0
<b>N50</b>						
57,0	Eija Auvinen	EV	80,0	47,5	120,0	247,5
63,0	Sinikka Näslund	TNT	50,0	55,0	80,0	185,0
72,0	May-Gun Grönholm	PV	85,0	45,0	117,5	247,5
<b>N70</b>						
52,0	Eila Kumpuniemi	RaPe	70,0	45,0	107,5	222,5
<b>M17</b>						
Sarja	Nimi	Seura	JK	PP	MN	YT
53,0	Timo Mikkonen	KEV	75,0	55,0	105,0	235,0
59,0	Juuso-Ville Rautiainen	RAYVO	117,5	100,0	135,0	352,5
66,0	Frans Simula	KK-V	147,5	95,0	175,0	417,5
74,0	Aapo Ylä-Autio	LaPo	150,0	115,0	190,0	455,0
83,0	Otto Saarela	KaVo	137,5	90,0	160,0	387,5
93,0	Mikael Kettunen	PuY	142,5	120,0	175,0	437,5
105,0	Markus Kämäräinen	KiurU	155,0	80,0	185,0	420,0
<b>M20</b>						
66,0	Otto Osanen	Tap.Erä	150,0	100,0	172,5	422,5
74,0	Teemu Hällfors	YlöR	177,5	145,0	190,0	512,5
83,0	Niko Ylinen	KaVo	195,0	135,0	240,0	570,0
93,0	Olli Lehti	Py-Pa	225,0	142,5	235,0	602,5
105,0	Niko Nurmi	M-Club	220,0	130,0	275,0	625,0
120,0	Petrus Nurminen	RAYVO	180,0	110,0	200,0	490,0
120+	Gökhan Aziz	RAYVO	90,0	90,0	140,0	320,0
<b>M23</b>						
74,0	Toni Väisänen	VarpVi	203,0	127,5	246,0	576,5
83,0	Jan Lipponen	TNT	200,0	122,5	235,0	557,5
93,0	Jami Saarela	KaKa	220,0	180,0	250,0	650,0
105,0	Markus Reijonen	TiKa	225,0	150,0	275,0	650,0
120,0	Tuomas Hautala	LaPo	275,0	180,0	345,0	800,0
<b>M40</b>						
66,0	Mika Vaaksio	Tap.Erä	155,0	100,0	202,5	457,5
74,0	Sami Siltala	Py-Pa	182,5	142,5	242,5	567,5
83,0	Vesa Hartikainen	EV	170,0	152,5	220,0	542,5
93,0	Timo Nieminen	Tap.Erä	200,0	150,0	245,0	595,0
105,0	Joni-Pekka Nylund	TamRy	222,5	135,0	293,0	650,5
120,0	Mika Kurjonen	TVN	230,0	160,0	255,0	645,0
120+	Tero Seppänen	HuiVo	280,0	237,5	325,0	842,5
<b>M50</b>						
74,0	Pekka Turunen	LVK-Team	162,5	132,5	190,0	485,0
83,0	Asko Kajanoja	PiKe	190,5	125,0	225,0	540,5
93,0	Hannu Malinen	PaPu	215,0	160,0	280,0	655,0
105,0	Harri Hagfors	MY-Power	220,0	157,5	272,5	650,0
120,0	Kari Vähämäki	VilpVe	175,0	137,5	207,5	520,0
<b>M60</b>						
66,0	Rauno Lamberg	I-HV	92,5	80,0	120,0	292,5

74,0	Keijo Kuisma	OutVe	150,0	100,0	180,0	430,0
83,0	Pauli Vehmasto	PP	170,0	77,5	200,0	447,5
93,0	Veli Nevala	Py-Pa	200,0	110,0	240,0	550,0
105,0	Vilho Määttä	OPT	160,5	127,5	230,5	518,5

#### **M70**

74,0	Tapani Pulkkinen	KesU	120,0	65,0	172,5	357,5
83,0	Leevi Pehkoranta	I-HV	143,0	60,0	<del>185,0</del>	ei tulosta
120,0	Muisto Marjamäki	MY-Power	120,0	90,0	100,0	310,0
120+	Raimo Sandelin	PTVAK	120,5	100,0	150,0	370,5

### **Voimanosto (klassinen), miesten ja naisten SM-kisat, Helsinki 9.-10.3.**

#### **Naiset**

Sarja	Nimi	Seura	JK	PP	MN	YT
47,0	Outi Kokko	TNT	87,5	53,5	92,5	233,5
52,0	Mervi Sirkiä	TNT	100,0	72,5	147,5	320,0
57,0	Maria Lindberg	KP	115,0	82,5	160,0	357,5
63,0	Anni Vuohijoki	TNT	150,0	82,5	160,0	392,5
72,0	Johanna Kankus	Tap.Erä	140,0	100,0	147,5	387,5
84,0	Alina Leisiö	TurSa	125,0	77,5	182,5	385,0
84+	Katariina Nokua	TVN	170,0	97,5	177,5	445,0

#### **Miehet**

66,0	Antti Savolainen	TNT	190,0	147,5	257,5	595,0
74,0	Sami Nieminen	KPU	220,5	142,5	280,5	643,5
83,0	Pasi Sipiläinen	NoVo	207,5	165,0	293,0	665,5
93,0	Mikko Ronkainen	OPT	262,5	170,0	300,0	732,5
105,0	Tomi Muhonen	OPT	280,0	197,5	302,5	780,0
120,0	Ove Lehto	ÅKK	265,0	212,5	325,0	802,5
120+	Janne Huusko	JuPu	275,0	182,5	277,5	735,0

### **Penkkipunnerrus (klassinen), SM-kisat, Pietarsaari, 17.-18.8.**

#### **N17**

Sarja	Nimi	Seura	Tulos
84,0	Susanna Törrönen	S-V	100,0

#### **N20**

47,0	Jenna Pitkänen	SVV	38,5
52,0	Rebecka Holmnäs	JP 2000	37,5
57,0	Satu Sakko	KoJy	60,0
63,0	Heli Jokela	KoJy	65,0

#### **N23**

57,0	Niina Nieminen	KPU	52,5
------	----------------	-----	------

#### **Naiset**

52,0	Mervi Sirkiä	TNT	75,0
57,0	Marcela Sandvik	ÅKK	82,5
63,0	Satu Luoto	LVK-Team	85,0
72,0	Susanna Virkkunen	S-V	115,0
84,0	Hanna-Mari Maaninen	RKV-84	90,0
84+	Merja Mynttinen	LVK-Team	105,0

#### **N40**

47,0	Vera Pesonen	LVK-Team	62,5
52,0	Eira Pajuharju	HPV	55,0

57,0	Tina Ahopelto	PV	70,0
63,0	Tarja Uppala	SalVo	72,5
72,0	Susanna Lindfors	KoJy	80,0
84+	Katariina Nokua	TVN	95,0
<b>N50</b>			
52,0	Aira Knutars	KajKu	65,0
57,0	Irmeli Vaulakorpi	HPV	62,5
63,0	Sinikka Näslund	TNT	60,0
72,0	Heli Valtonen	RAYVO	70,0
<b>N60</b>			
72,0	Maritta Jaurola	RAYVO	55,0
<b>N70</b>			
52,0	Eila Kumpuniemi	RaPe	45,0
<b>M17</b>			
59,0	Christian Sailola	LVK-Team	87,5
66,0	Jani Sikkilä	PV	102,5
74,0	Tatu Sokka	HPV	127,5
83,0	Valtteri Kykyri	KoJy	100,0
93,0	Mikael Kettunen	PuY	132,5
<b>M20</b>			
53,0	Juho Niskanen	So-Vi	70,0
66,0	Toni Hyttinen	OPT	102,5
74,0	Matias Viiperi	KoJy	125,0
83,0	Teemu Hällfors	YlöR	142,5
93,0	Olli Törrönen	KajKu	137,5
105,0	Jarkko Bärholm	TamRy	152,5
<b>M23</b>			
66,0	Andre Häggman	JP 2000	82,5
83,0	Kari Latomaa	KoJy	140,0
93,0	Jami Saarela	KaKa	180,0
105,0	Markus Ahonen	VarpVi	190,5
120,0	Joonas Piironen	VarpVi	180,0
<b>Miehet</b>			
59,0	Juha-Matti Englund	RAYVO	120,5
66,0	Antti Savolainen	TNT	157,5
74,0	Jere Vento	PaPu	167,5
83,0	Risto Joensuu	HPV	185,0
93,0	Toni Koskinen	HyKe	193,5
105,0	Jarno Ruohonen	SalVo	200,0
120,0	Timo Hokkanen	HuiVo	235,0
120+	Fredrik Smulter	MIF	266,0
<b>M40</b>			
59,0	Petri Niemi	TVN	105,0
66,0	Marko Saarimaa	KoJy	150,0
74,0	Henrikki Syrjälä	KaKa	155,0
83,0	Heikki Hautala	PV	155,0
93,0	Heikki Laakso	EV	180,0
105,0	Juha Lehto	Tap.Erä	191,0
120,0	Janne Moisio	LVK-Team	207,5
120+	Tero Seppänen	HuiVo	242,5

**M50**

66,0	Tahvo Jauhojärvi	NaVo	120,5
74,0	Erkki Rajala	PV	172,5
83,0	Harri Vahtolammi	NoVo	161,0
93,0	Ilkka Launonen	SVV	167,5
105,0	Eino Pöntiö	ViitVi	180,0
120,0	Jouko Suvanto	PTVAK	180,0
120+	Mikael Lillqvist	PV	185,0

**M60**

66,0	Juha Inkinen	RAYVO	105,0
74,0	Antero Kauranen	NoVo	125,5
83,0	Reima Häkkinen	LVK-Team	150,0
93,0	Seppo Komppa	HartVo	120,0
105,0	Harri Tirronen	JoPuPo	155,0
120,0	Mikko Seikkula	KoJy	180,0
120+	Tuomo Löllö	KoJy	142,5

**M70**

59,0	Seppo Helander	I-HV	80,0
66,0	Ilkka Mikkonen	PV-81	87,5
74,0	Reino Mikkola	HyKe	70,0
83,0	Tauno Tikkalahti	PV	82,5
93,0	Mikko Isoniemi	SalVo	95,0
105,0	Klas Helén	ÅKK	105,0
120,0	Raimo Sandelin	PTVAK	110,0

**Voimanosto (klassinen), joukkue SM, Pietarsaari, 16.11.2013**

1.	Oulun Power Team	OPT	2778,0 kg
2.	Joensuun Puntti-Pojat	JoPuPo	2660,0 kg
3.	Kuopion Painonnostajat	KP	2642,5 kg
4.	Huittisten Voimailijat	HuiVo	2541,0 kg
5.	Pietarsaaren Voimailijat	PV	2502,5 kg
6.	Kiimingin Urheilijat	KiimU	2457,5 kg

**Penkkipunnerrus (klassinen), joukkue SM, Pietarsaari, 17.1.2013**

1.	Varpaisjärven Vire	VarpVi	732,5 kg
2.	Huittisten Voimailijat	HuiVo	732,0 kg
3.	Kokkolan Jymy I	KoJy	710,0 kg
4.	Pietarsaaren Voimailijat I	PV	702,5 kg
5.	Elimäen Vauhti	EV	659,0 kg
6.	Kokkolan Jymy II	KoJy	645,0 kg
7.	Pietarsaaren Voimailijat II	PV	560,0 kg
8.	Nykarleby Kraftklubb	NyKK	517,5 kg

***KANSAINVÄLISET KILPAILUT, suomalaisten tulokset ja sijoitukset, maiden ranking*****Voimanosto, nuorten PM-kisat, Reykjavik, Islanti, 23.2.****N18**

Sarja	Nimi	JK	PP	MN	YT	SIJ.
57,0	Krista Määttä	137,5	67,5	145,0	350,0	1.
84,0	Mirella Laukkanen	182,5	80,0	140,0	402,5	1.

<b>M18</b>						
59,0	Juuso-Ville Rautiainen	140,0	117,5	142,5	400,0	1.
83,0	Pedro Björkstедt	225,0	132,5	227,5	585,0	2.
93,0	Ville Niskanen	200,0	90,0	227,5	517,5	3.
105,0	Henri Hakonen	260,0	172,5	257,5	690,0	1.

<b>M23</b>						
74,0	Eero Mäki	225,0	155,0	255	635,0	2.
120+	Bill Winter	<del>270,0</del>	160,0	250,0	ei tulosta	-

#### **Voimanosto, nuorten EM-kisat, Praha, Tšekki, 9.-13.4.**

<b>M18</b>						
Sarja	Nimi	JK	PP	MN	YT	SIJ.
74,0	Tatu Sokka	215,0	152,5	225,0	592,5	4.
74,0	Kasper Mikkilä	190,0	120,0	192,5	502,5	7.
83,0	Pedro Björkstедt	230,0	140,0	230,0	600,0	5.
83,0	Olli Törrönen	232,5	122,5	225,0	580,0	7.
105,0	Henri Hakonen	265,0	172,5	245,0	682,5	4.

Suomi 4. maiden pistetaulukossa, 28 p. 12 maata osallistui.

<b>M23</b>						
74,0	Eero Mäki	235,0	147,5	245,0	627,5	9.

Suomi 20. maiden pistetaulukossa, 2 p., 21 maata osallistui.

<b>N18</b>						
57,0	Krista Määttä	140,0	67,5	142,5	350,0	1.
84,0	Mirella Laukkanen	175,0	77,5	135,0	387,5	2.

Suomi 3. maiden pistetaulukossa, 21 p., 9 maata osallistui.

#### **Penkkipunnerrus, veteraanien MM-kisat, Praha, Tšekki, 18.-21.4.**

<b>N40</b>	Nimi	Tulos	Sijoitus
52,0	Eira Pajuharju	70,0	5.
63,0	Tarja Uppala	110,0	2.
63,0	Satu Luoto	90,0	3.
84,0	Pia Valkonen	90,0	3.
84,0	Virve Ilves	75,0	5.

Suomi 2. maiden pistetaulukossa, 37 p. 12 maata osallistui.

<b>N50</b>			
84+	Merja Mynttinen	135,0	1.
84+	Annika Jutila	110,0	3.

Suomi 5. maiden pistetaulukossa, 20 p. 10 maata osallistui.

<b>M40</b>			
59,0	Petri Niemi	150,0	3.
83,0	Tomi Vikla	235,0	2.
83,0	Vesa Hartikainen	215,0	3.
105,0	Juha Lehto	ei tulosta	-
120,0	Jarmo Myller	282,5	1.
120,0	Lasse Leinonen	ei tulosta	-
120+	Markku Jansson	185,0	9.

Suomi 4. maiden pistetaulukossa, 69 p. 16 maata osallistui.

<b>M50</b>			
74,0	Erkki Rajala	210,0	1.
83,0	Stig Björkqvist	190,0	5.



83,0	Voitto Ahopelto	145,0	9.
93,0	Tarmo Vanhamäki	175,0	10.
93,0	Seppo Norpila	ei tulosta	-
120+	Kari Alakorpi	160,0	7.

Suomi 7. maiden pistetaulukossa, 25 p. 20 maata osallistui.

#### **M60**

59,0	Seppo Flink	102,5	3.
66,0	Juha Inkinen	110,0	3.
74,0	Antero Kauranen	152,5	2.
74,0	Hannu Lavonius	142,5	3.
105,0	Harri Tirronen	190,0	4.

Suomi 3. maiden pistetaulukossa, 40 p. 16 maata osallistui.

#### **M70**

120,0	Raimo Sandelin	135,0	1.
-------	----------------	-------	----

Suomi 6. maiden pistetaulukossa, 12 p. 12 maata osallistui.

### **Voimanosto, miesten ja naisten EM-kisat, Pilsen, Tšekki, 7.-11.5.**

#### **Miehet**

Sarja	Nimi	JK	PP	MN	YT	SIJ.
66,0	Antti Savolainen	245,0	195,0	272,5	712,5	3.
120,0	Sami Pullinen	330,0	285,0	302,5	917,5	9.
120+	Kenneth Sandvik	417,5	330,0	312,5	1060,0	1.

Suomi 7. maiden pistetaulukossa, 22 p. 22 maata osallistui.

#### **Naiset**

Sarja	Nimi	JK	PP	MN	YT	SIJ.
52,0	Sanna Apuli	160,0	90,0	167,5	417,5	5.
52,0	Mervi Sirkiä	155,0	95,0	167,5	417,5	6.

Suomi 13. maiden pistetaulukossa, 11 p. 18 maata osallistui.

### **Penkkipunnerrus, MM-kisat, Kaunas, Liettua, 22.-26.5.**

#### **Miehet**

Sarja	Nimi	Tulos	Sijoitus
74,0	Tuomas Nikkilä	232,5	5.
74,0	Toni Kuusi	212,5	9.
93,0	Simon Kankkonen	275,0	5.
105,0	Petri Kuosma	310,0	2.
120,0	Jukka Seppänen	280,0	10.
120,0	Ove Lehto	ei tulosta	-
120+	Kenneth Sandvik	342,5	3.

Suomi 7. maiden pistetaulukossa, 31 p., 28 maata osallistui.

#### **Naiset**

52,0	Marcela Sandvik	115,0	3.
------	-----------------	-------	----

Suomi 9. maiden pistetaulukossa, 8 p., 16 maata osallistui.

#### **M18**

53,0	Juho Niskanen	85,0	4.
59,0	Juuso-Ville Rautiainen	125,0	5.
74,0	Teemu Hällfors	172,5	3.
83,0	Jalmari Meriluoto	157,5	4.
105,0	Matias Hyttinen	197,5	4.

Suomi 6. maiden pistetaulukossa, 35 p., 15 maata osallistui

**M23**  
 105,0 Markus Ahonen 260,0 2.  
 Suomi 13. maiden pistetaulukossa, 9 p., 18 maata osallistui.

**Voimanoisto (klassinen), MM-kisat, Suzdal, Venäjä, 11.–16.6.**

**Miehet**

Sarja	Nimi	JK	PP	MN	YT	SIJ.
66,0	Antti Savolainen	192,5	155,0	252,5	600,0	3.
74,0	Sami Nieminen	225,0	150,0	277,5	652,5	4.
93,0	Mikko Ronkainen	255,0	170,0	297,5	722,5	5.
93,0	Mikko Muttonen	235,0	180,0	295,0	710,0	6.
105,0	Tomi Muhonen	300,0	200,0	305,0	805,0	3.
120,0	Timo Hokkanen	272,5	237,5	270,0	780,0	9.

Suomi 4. maiden pistetaulukossa, 34 p., 33 maata osallistui.

**Naiset**

52,0	Mervi Sirkiä	92,5	72,5	142,5	307,5	6.
57,0	Maria Lindberg	112,5	85,0	157,5	355,0	3.
63,0	Anni Vuohijoki	155,0	90,0	170,0	415,0	3.
72,0	Johanna Kankus	162,5	110,0	175,0	447,5	3.
84+	Katariina Nokua	190,0	95,0	177,5	462,5	6.

Suomi 3. maiden pistetaulukossa, 34 p., 18 maata osallistui.

**Voimanoisto (klassinen), nuorten (18 ja 23 v.) MM-kisat, Suzdal, Venäjä, 11.–16.6.**

**N18**

Sarja	Nimi	JK	PP	MN	YT	SIJ.
57,0	Krista Määttä	97,5	50,0	143,0	290,5	1.
63,0	Melisa Heinonen	102,5	60,0	135,0	297,5	1.
84,0	Susanna Törrönen	112,5	102,5	140,0	355,0	1.

Suomi 2. maiden pistetaulukossa, 36 p., 7 maata osallistui.

**N23**

57,0	Jaana Hiltunen	102,5	62,5	105,0	270,0	4.
------	----------------	-------	------	-------	-------	----

Suomi 10. maiden pistetaulukossa, 7 p., 11 maata osallistui.

**M18**

59,0	Juuso-Ville Rautiainen	120,0	107,5	155,0	382,5	4.
74,0	Teemu Hällfors	182,5	140,0	177,5	500,0	3.
83,0	Sami Lehtonen	190,0	132,5	257,5	580,0	2.
93,0	Miika Hietanen	217,5	130,0	220,0	567,5	2.
93,0	Janne Marttila	202,5	127,5	200,0	530,0	4.
105,0	Niko Nurmi	240,0	140,0	277,5	657,5	1.
105,0	Joonatan Kaikkonen	190,0	110,0	220,0	520,0	6.

Suomi 3. maiden pistetaulukossa, 45 p., 9 maata osallistui.

**M23**

74,0	Toni Väisänen	205,0	135,0	250,0	590,0	3.
74,0	Eero Mäki	197,5	135,0	245,0	577,5	5.
83,0	Lauri Tamminen	175,0	125,0	225,0	525,0	11.
83,0	Niko Ylinen	150,0	130,0	<del>240,0</del>	ei tulosta	-
93,0	Jami Saarela	225,0	152,5	287,5	665,0	5.
105,0	Tatu Tuominen	220,0	155,0	280,0	655,0	6.
105,0	Markus Reijonen	225,0	150,0	275,0	650,0	7.
120,0	Tuomas Hautala	275,0	182,5	<del>330,0</del>	ei tulosta	-

Suomi 5. maiden pistetaulukossa, 29 p., 16 maata osallistui.

## Voimanosto, veteraanien EM-kisat, Hamm, Luxemburg, 9.-13.7.

### **M40**

Sarja	Nimi	JK	PP	MN	YT	SIJ.
83,0	Tomi Vikla	235,0	230,0	205,0	670,0	7.
83,0	Rami Huovinen	230,0	140,0	235,0	605,0	9.
93,0	Petteri Hakkarainen	252,5	202,5	265,0	720,0	4.
105,0	Joni-Pekka Nylund	280,0	180,0	310,0	770,0	6.
120,0	Kaj Mattila	280,0	225,0	255,0	760	5.

Suomi 7. maiden pistetaulukossa, 24 p.14 maata osallistui.

### **M50**

66,0	Asko Keränen	197,5	140,0	232,5	570,0	1.
83,0	Antero Juntunen	210,0	105,0	245,0	560,0	8.
93,0	Seppo Norpila	220,0	190,0	242,5	652,5	7.
93,0	Olli Skogberg	215,0	182,5	215,0	612,5	8.
105,0	Jari Niskanen	270,0	205,0	270,0	745,0	3.

Suomi 4. maiden pistetaulukossa, 30 p. 14 maata osallistui.

### **M60**

59,0	Seppo Flink	80,0	100,0	100,0	280,0	2.
------	-------------	------	-------	-------	-------	----

Suomi 9. maiden pistetaulukossa, 9 p. 11 maata osallistui.

### **M70**

66,0	Torsten Ruotsala	150,0	75,0	192,5	417,5	1.
105,0	Klas Helén	125,0	115,0	150,0	390,0	1.
120+	Raimo Sandelin	135,0	100,0	150,0	385,0	1.

Suomi 2. maiden pistetaulukossa, 36 p. 7 maata osallistui.

### **N40**

84,0	Virve Ilves	152,5	75,0	135,0	362,5	1.
84+	Katariina Nokua	220,0	140,0	192,5	552,5	1.

Suomi 3. maiden pistetaulukossa, 24 p. 13 maata osallistui.

### **N70**

47,0	Eila Kumpuniemi	87,5	50,0	110,0	247,5	1.
------	-----------------	------	------	-------	-------	----

Suomi 1. maiden pistetaulukossa, 12 p. 1 maa osallistui.

## **Voimanosto, World Games, Cali, Columbia, 30.7.-1.8.**

### **Naiset**

47,0	Raija Jurkko	170,0	90,0	150,0	410,0/555,32	9.
63,0	Mervi Rantamäki	197,5	115,0	175,0	487,5/550,65	8.

Suomi 13. maiden pistetaulukossa, 5 p. 18 maata osallistui.

### **Miehet**

120+	Kenneth Sandvik	395,0	332,5	307,5	1035/578,77	8.
------	-----------------	-------	-------	-------	-------------	----

Suomi 13. maiden pistetaulukossa, 3 p. 16 maata osallistui.

## **Penkkipunnerrus, EM-kisat, Senec, Slovakia, 8.-10.8.**

### **Miehet**

Sarja	Nimi	Tulos	Sijoitus
83,0	Tomi Vikla	ei tulosta	-
93,0	Simon Kankkonen	ei tulosta	-
93,0	Atte Reijonen	ei tulosta	-
105,0	Petri Kuosma	302,5	2.
105,0	Markus Ahonen	265,0	5.

120,0	Jukka Seppänen	295,0	4.
120+	Kenneth Sandvik	335,0	4.

Suomi 7. maiden pistetaulukossa, 29 p.19 maata osallistui

#### **Naiset**

52,0	Marcela Sandvik	117,5	1.
52,0	Sanna Apuli	85,0	5.
63,0	Tarja Uppala	107,5	3.

Suomi 5. maiden pistetaulukossa, 26 p. 14 maata osallistui.

#### **Voimanosto, nuorten MM-kisat, Killeen, USA, 27.8.-1.9.**

##### **N18**

Sarja	Nimi	JK	PP	MN	YT	SIJ.
84,0	Mirella Laukkanen	187,5	90,0	145,0	422,5	3.

Suomi 7. maiden pistetaulukossa, 8 p. 9 maata osallistui.

##### **M18**

105,0	Henri Hakonen	260,0	180,0	257,5	697,5	4.
-------	---------------	-------	-------	-------	-------	----

Suomi 10. maiden pistetaulukossa, 7 p. 12 maata osallistui.

#### **Voimanosto, veteraanien MM-kisat, Orlando, USA, 23.-30.9.**

##### **N40**

84+	Katariina Nokua	207,5	147,5	195,0	550,0	1.
-----	-----------------	-------	-------	-------	-------	----

Suomi 8. maiden pistetaulukossa, 12 p. 13 maata osallistui.

##### **M40**

74,0	Sami Siltala	240,0	165,0	255,0	660,0	1.
83,0	Rami Huovinen	230,0	145,0	240,0	615,0	5.
93,0	Petteri Hakkarainen	252,5	195,0	267,5	715,0	5.

Suomi 4. maiden pistetaulukossa, 24 p. 20 maata osallistui.

##### **M50**

83,0	Antero Juntunen	210,0	105,0	255,0	570,0	7.
93,0	Seppo Norpila	225,0	192,5	245,0	662,5	6.
105,0	Jari Niskanen	280,0	202,5	275,0	757,5	1.
105,0	Tapani Laitala	270,0	190,0	270,0	730,0	3.
120,0	Harri Hagfors	272,5	202,5	302,5	777,5	3.

Suomi 2. maiden pistetaulukossa, 37 p. 18 maata osallistui.

##### **M60**

93,0	Tapani Puhakka	110,0	120,0	180,0	410,0	6.
------	----------------	-------	-------	-------	-------	----

Suomi 11. maiden pistetaulukossa, 5 p. 11 maata osallistui.

##### **M70**

66,0	Torsten Ruotsala	155,0	80,0	196,5	431,5	1.
120+	Raimo Sandelin	115,0	100,0	160,0	375,0	1.

Suomi 3. maiden pistetaulukossa, 24 p. 11 maata osallistui.

#### **Penkkipunnerrus, veteraanien EM-kisat, Sofia, Bulgaria, 17.-19.10.**

##### **N40**

Sarja	Nimi	PP	SIJ.
52,0	Mervi Sirkiä	95,0	1.
63,0	Tarja Uppala	115,0	2.
63,0	Satu Luoto	80,0	3.

84,0	Pia Valkonen	112,5	3.
------	--------------	-------	----

Suomi 2. maiden pistetaulukossa, 37 p. 8 maata osallistui.

#### N50

63,0	Sinikka Näslund	75,0	3.
84+	Merja Mynttinen	141,0	1.
84+	Annika Jutila	ei tulosta	-

Suomi 4. maiden pistetaulukossa, 20 p. 7 maata osallistui.

#### M40

59,0	Petri Niemi	140,0	1.
74,0	Henrikki Syrjäjä	192,5	2.
83,0	Tomi Vikla	242,5	1.
93,0	Petteri Laurikainen	ei tulosta	-
105,0	Juha Pohjonen	245,0	2.
120,0	Jarmo Myller	292,5	1.
120,0	Lasse Leinonen	282,5	3.

Suomi 1. maiden pistetaulukossa, 54 p.12 maata osallistui.

#### M 50

74,0	Pekka Kovalainen	172,5	2.
83,0	Stig Björkqvist	190,0	3.
93,0	Ilkka Launonen	195,0	6.
120,0	Timo Rantala	180,0	5.
120+	Kari Alakorpi	215,0	4.

Suomi 5. maiden pistetaulukossa, 35 p. 13 maata osallistui.

#### M60

59,0	Seppo Flink	102,5	2.
66,0	Juha Inkinen	107,5	3.
74,0	Antero Kauranen	155,0	1.
74,0	Hannu Lavonius	130,0	4.
120,0	Christer Nylund	150,0	3.
120+	Mikko Seikkula	150,0	1.

Suomi 1. maiden pistetaulukossa, 49 p. 11 maata osallistui.

### Voimanosto, miesten ja naisten MM-kisat, Stavanger, Norja, 4.-9.11.

#### Miehet

Sarja	Nimi	JK	PP	MN	YT	SIJ.
66,0	Antti Savolainen	252,5	197,5	285,0	735,0	4.
120+	Kenneth Sandvik	412,5	342,5	320,0	1075,0	6.

Suomi 12. maiden pistetaulukossa, 12 p. 28 maata osallistui.

#### Naiset

52,0	Sanna Apuli	167,5	87,5	172,5	422,5	7.
52,0	Mervi Sirkiä	<del>155,0</del>	92,5	150,0	ei tulosta	-

Suomi 16. maiden pistetaulukossa, 4 p. 23 maata osallistui.

### **SUOMALAISET MITALISTIT VUODEN 2013 MM ja EM-kisoissa**

#### Miehet

Sij.

World Games

-

Voimanoston MM-kisat:

-

Voimanoston (klass.) MM-kisat: Antti Savolainen

3.

	Tomi Muhonen	3.
Voimanoston EM-kisat:	Kenneth Sandvik	1.
	Antti Savolainen	3.

Penkkipunnerruksen MM-kisat:	Petri Kuosma	2.
	Kenneth Sandvik	3.

Penkkipunnerruksen EM-kisat:	Petri Kuosma	2.
------------------------------	--------------	----

### **Naiset**

World Games		-
-------------	--	---

Voimanoston MM-kisat:		-
-----------------------	--	---

Voimanoston (klass.) MM-kisat:	Maria Lindberg	3.
	Anni Vuohijoki	3.
	Johanna Kankus	3.

Voimanoston EM-kisat:		-
-----------------------	--	---

Penkkipunnerruksen MM-kisat:	Marcela Sandvik	3.
------------------------------	-----------------	----

Penkkipunnerruksen EM-kisat:	Marcela Sandvik	1.
	Tarja Uppala	3.

### **Nuoret/miehet**

Voimanoston MM-kisat:		-
-----------------------	--	---

Voimanoston (klass.) MM-kisat:	Niko Nurmi	1.
	Sami Lehtonen	2.
	Miika Hietanen	2.
	Teemu Hällfors	3.
	Toni Väisänen	3.

Voimanoston EM-kisat:		-
-----------------------	--	---

Voimanoston PM-kisat:	Juuso-Ville Rautiainen	1.
	Henri Hakonen	1.
	Pedro Björkstедt	2.
	Eero Mäki	2.
	Ville Niskanen	3.

Penkkipunnerruksen MM-kisat:	Markus Ahonen	2.
	Teemu Hällfors	3.

### **Nuoret/naiset**

Voimanoston MM-kisat:	Mirella Laukkanen	3.
-----------------------	-------------------	----

Voimanoston (klass.) MM-kisat	Krista Määttä	1.
	Melisa Heinonen	1.
	Susanna Törrönen	1.

Voimanoston EM-kisat:	Krista Määttä	1.
	Mirella Laukkanen	2.

Voimanoston PM-kisat:	Krista Määttä	1.
-----------------------	---------------	----

	Mirella Laukkanen	1.
Penkkipunnerruksen MM-kisat:		-
<b><u>Veteraanit/miehet</u></b>		
Voimanoston MM-kisat:	Torsten Ruotsala	1.
	Sami Siltala	1.
	Jari Niskanen	1.
	Raimo Sandelin	1.
	Tapani Laitala	3.
	Harri Hagfors	3.
Voimanoston EM-kisat:	Torsten Ruotsala	1.
	Klas Helén	1.
	Raimo Sandelin	1.
	Asko Keränen	1.
	Seppo Flink	2.
	Jari Niskanen	3.
Penkkipunnerruksen MM-kisat:	Erkki Rajala	1.
	Raimo Sandelin	1.
	Jarmo Myller	1.
	Tomi Vikla	2.
	Antero Kauranen	2.
	Hannu Lavonius	3.
	Vesa Hartikainen	3.
	Petri Niemi	3.
	Seppo Flink	3.
	Juha Inkinen	3.
Penkkipunnerruksen EM-kisat:	Antero Kauranen	1.
	Mikko Seikkula	1.
	Petri Niemi	1.
	Tomi Vikla	1.
	Jarmo Myller	1.
	Seppo Flink	2.
	Pekka Kovalainen	2.
	Henrikki Syrjälä	2.
	Juha Pohjonen	2.
	Juha Inkinen	3.
	Christer Nylund	3.
	Stig Björkqvist	3.
	Lasse Leinonen	3.
<b><u>Veteraanit/naiset</u></b>		
Voimanoston MM-kisat:	Katariina Nokua	1.
Voimanoston EM-kisat:	Eila Kumpuniemi	1.
	Virve Ilves	1.
	Katariina Nokua	1.
Penkkipunnerruksen MM-kisat:	Merja Mynttinen	1.
	Tarja Uppala	2.
	Satu Luoto	3.
	Pia Valkonen	3.
	Annika Jutila	3.
Penkkipunnerruksen EM-kisat:	Merja Mynttinen	1.

Mervi Sirkiä	1.
Tarja Uppala	2.
Sinikka Näslund	3.
Satu Luoto	3.
Pia Valkonen	3.

**Mitalien lukumäärä yhteensä** **83**

### Sijoitus maiden rankingissa

Kansainvälinen Voimanostoliitto (IPF) ei pidä maiden välistä rankinglistaa. SVN:n oman tilastoinnin perusteella Suomi on maiden välisessä vertailussa 5. sijalla IPF:n n. 100 jäsenmaan joukossa. Edellä ovat v. 2013 MM - kisatulosten perusteella; Venäjä, Yhdysvallat, Ukraina ja Japani.

## 9. VUODEN 2013 PARHAAT

Voimanosto, miehet	Kenneth Sandvik
Voimanosto, naiset	Mervi Rantamäki
Klassinen voimanosto, miehet	Tomi Muhonen
Klassinen voimanosto, naiset	Anni Vuohijoki
Voimanosto, nuoret miehet	Henri Hakonen
Voimanosto, nuoret naiset	Mirella Laukkanen
Klassinen voimanosto, nuoret miehet	Niko Nurmi
Klassinen voimanosto, nuoret naiset	Krista Määttä
Penkkipunnerrus, miehet	Petri Kuosma
Penkkipunnerrus, naiset	Marcela Sandvik
Penkkipunnerrus, nuoret miehet	Markus Ahonen
Penkkipunnerrus, nuoret naiset	Susanna Törrönen
Voimanosto, veteraanit, miehet	Torsten Ruotsala
Voimanosto, veteraanit, naiset,	Katariina Nokua
Penkkipunnerrus, veteraanit, miehet,	Jarmo Myller
Penkkipunnerrus, veteraanit, naiset	Merja Mynttinen
Vuoden valmentaja	Arto Hannolin
Vuoden seura	JP 2000
Seura-aktiivit	Jarmo Väisänen (VarpVi) ja Terho Nousiainen (KiurU)
Vuoden tuomari	Mervi Sirkiä

### **Voimamalja-kilpailun 10 parasta joukkuetta**

1. Team Nordic Thunder	635 pistettä
2. Kokkolan Jymy	575 pistettä
3. Rauman Ydinvoima	532 pistettä
4. Sotkamon Visa	465 pistettä
5. Joensuun Punttipojat	414 pistettä
6. Tapanilan Erä	404 pistettä
7. Pietarsaaren Voimailijat	381 pistettä
8. Ålands Kraftsportklubb	346 pistettä
9. Tampereen Voimanostajat	327 pistettä
10. Oulun Power Team	306 pistettä



## 10. ANTIDOPING

Liitolla on oma antidopingohjelma. Siinä on huomioitu niin urheilijoiden sitouttaminen antidopingsäännöstöön kuin käytännön toimenpiteet. Antidopingohjelma sisältää kriisiviestintäohjeiston.

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 antidopingasiaa 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.

Liiton lukuun tehtyjä harjoituskauden testejä tehtiin vuoden aikana 3 kpl.

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

Voimanostajille Suomessa v. 2013 tehdyt dopingtestit jakaantuvat seuraavasti:

Testejä yhteensä 175 kpl.

### **ADT**

Harjoituskauden testejä yhteensä 83 kpl.

Kilpailutestejä yhteensä 89 kpl.

### **SVNL**

Harjoituskauden testit 3 kpl.

Kansallisesti todettuja, vuoden 2013 aikana sattuneita dopingtapauksia oli yhteensä 3 kpl

## 11. MUUT TAPAHTUMAT JA OSALLISTUMISET

- Valo ry, Tennispalatsi, Helsinki, 14.1. Eettinen seminaari, **Heikki Orasmaa**
- ADT, Valo-talo, Helsinki, 15.5. Lajiliittotilaisuus, **Kalevi Sorsa**
- URHEA:n toimisto, Helsinki, 24.9. Lajiliittopalaveri Urheilukoulun tulevaisuudesta, **Arto Hannolin**
- SLU, Valo-talo, Helsinki, 27.11. SLU:n ylimääräinen kokous, **Ville Orasmaa**
- Valo-talo, Helsinki, 29.11. ADT:n vuosittainen palaveri, **Kalevi Sorsa ja Jari Rantapelkonen**

Riihimäki 1.3.2014

SUOMEN VOIMANOSTOLIITTO RY  
hallitus