

Protokoll

PM Styrkeløft 2024

Pl.	Kj.	Vekt-klasse	Utøver	Distrikt	Bøy	Benk	Mark	Total	Poeng	Sml.
1.	K	69	Angela F. Bustos	Oslo	150.0	80.0	150.0	380	383.61	1.
2.	K	69	Linn Karen Skjold	Troms	110.0	75.0	117.5	302.5	320.53	2.
3.	K	69	Regine Rongved	Troms	97.5	65.0	130.0	292.5	310.69	5.
1.	K	76	Siri Negård	Troms	117.5	62.5	150.0	330	312.15	3.
2.	K	76	Amalie Zwerg Gran	Nordland	95.0	80.0	110.0	285	276.11	6.
1.	K	84	Dawn Helga Stewart	Møre og Romsdal	117.5	82.5	150.0	350	312.10	4.
1.	M	83	Magnus Stendal	Sør-Øst	185.0	145.0	255.0	585	393.59	6.
2.	M	83	Snorre Øvreberg	PHS	160.0	105.0	205.0	470	327.21	11.
1.	M	93	Johannes Lyngedal	Øst	250.0	157.5	295.0	702.5	441.38	2.
2.	M	93	Mikal Sviggum	Innlandet	205.0	140.0	220.0	565	364.88	8.
3.	M	93	Johan Jahr	Oslo	180.0	142.5	220.0	542.5	342.59	9.
1.	M	105	Espen Elvehøi	Oslo	270.0	147.5	282.5	700	422.10	4.
2.	M	105	Sindre Seljebotn	PHS	210.0	145.0	252.5	607.5	368.02	7.
3.	M	105	Theodor Midttømme	Trøndelag	170.0	185.0	205.0	565	340.13	10.
1.	M	120	Egil Glomset	Troms	242.5	177.5	260.0	680	394.33	5.
1.	M	120+	Elling Loe	Oslo	312.5	182.5	307.5	802.5	459.51	1.
2.	M	120+	Dag Rune Stangeland	Troms	270.0	180.0	295.0	745	428.00	3.

PM Benkpress 2024

Pl.	Kj.	Alders-klasse	Vekt	Navn	Distrikt	Benk	Poeng	Sml.
1.	K	Åpen	64.14	Linn Karen Skjold	Troms	75.0	79.47	2.
2.	K	Åpen	72.82	Amalie Zwerg Gran	Nordland	80.0	77.50	3.
3.	K	Åpen	84.00	Dawn Helga Stewart	Møre og Romsdal	82.5	73.57	4.
4.	K	Åpen	63.93	Regine Rongved	Troms	65.0	69.04	5.
5.	K	Åpen	75.61	Siri Negård	Troms	62.5	59.12	6.
1.	K	Veteran	68.55	Angela F. Bustos	Oslo	80.0	80.76	1.
1.	M	Åpen	102.85	Theodor Midttømme	Trøndelag	190.0	114.38	1.
2.	M	Åpen	122.19	Elling Loe	Oslo	182.5	104.50	2.
3.	M	Åpen	115.86	Egil Glomset	Troms	177.5	102.93	4.
4.	M	Åpen	93.22	Mikael Tonning	Oslo	160.0	100.40	5.
5.	M	Åpen	92.98	Johannes Lyngedal	Øst	157.5	98.96	6.
6.	M	Åpen	81.91	Magnus Stendal	Sør-Øst	145.0	97.56	7.
7.	M	Åpen	88.02	Mikal Sviggum	Innlandet	140.0	90.41	9.
8.	M	Åpen	92.00	Johan Jahr	Oslo	142.5	89.99	10.
9.	M	Åpen	102.40	Espen Elvehøi	Oslo	147.5	88.94	11.
10.	M	Åpen	101.18	Sindre Seljebotn	PHS	145.0	87.84	12.
11.	M	Åpen	93.35	Christer Johannessen	Oslo	120.0	75.25	13.
12.	M	Åpen	77.61	Snorre Øvreberg	PHS	105.0	73.10	14.
1.	M	Veteran	120.40	Dag Rune Stangeland	Troms	180.0	103.41	3.
2.	M	Veteran	95.00	Mikael Sorter	Oslo	150.0	93.30	8.

Politimesterskapet i Styrkeløft 2024 (23. august i Oslo) – Resultater

Plass	Kjønn	Vekt-klasse	Vekt	Utøver	Distrikt	Knebøy		Benkpress		Markløft		Total	Poeng	Sml.
						130.0	140.0	150.0	75.0	80.0	85.0			
1.	K	69	68.55	Angela Fonseca Bustos	Oslo pd	130.0	140.0	150.0	75.0	80.0	85.0	380	383.61	1.
2.	K	69	64.14	Linn Karen Skjold	Troms pd	100.0	105.0	110.0	67.5	70.0	75.0	302.5	320.53	2.
3.	K	69	63.93	Regine Rongved	Troms pd	85.0	90.0	97.5	60.0	65.0	67.5	292.5	310.69	5.
1.	K	76	75.61	Siri Negård	Troms pd	115.0	117.5	122.5	55.0	57.5	62.5	330	312.15	3.
2.	K	76	72.82	Amalie Zwerg Gran	Nordland pd	87.5	92.5	95.0	70.0	75.0	80.0	285	276.11	6.
1.	K	84	84.00	Dawn Helga Stewart	Møre og Romsdal pd	110.0	112.5	117.5	80.0	82.5	85.0	350	312.10	4.
1.	M	83	81.91	Magnus Stendal	Sør-Øst pd	165.0	180.0	185.0	130.0	140.0	145.0	585	393.59	6.
2.	M	83	77.61	Snorre Øvreborg	PHS	145.0	152.5	160.0	100.0	105.0	110.0	470	327.21	11.
1.	M	93	92.98	Johannes Lyngedal	Øst pd	240.0	250.0	260.0	140.0	150.0	157.5	702.5	441.38	2.
2.	M	93	88.02	Mikal Sviggum	Innlandet pd	180.0	190.0	205.0	135.0	140.0	142.5	565	364.88	8.
3.	M	93	92.00	Johan Jahr	Oslo pd	165.0	170.0	180.0	130.0	137.5	142.5	542.5	342.59	9.
1.	M	105	102.40	Espen Elvehøy	Oslo pd	247.5	260.0	270.0	137.5	147.5	155.0	700	422.10	4.
2.	M	105	101.18	Sindre Seljebotn	PHS	190.0	202.5	210.0	135.0	145.0	150.0	607.5	368.02	7.
3.	M	105	102.85	Theodor Midttømme	Trøndelag pd	160.0	170.0	175.0	170.0	185.0	190.0	565	340.13	10.
1.	M	120	115.86	Egil Glomset	Troms pd	230.0	242.5	255.0	170.0	177.5	180.0	680	394.33	5.
1.	M	120+	122.19	Elling Loe	Oslo pd	285.0	300.0	312.5	180.0	182.5	187.5	802.5	459.51	1.
2.	M	120+	120.40	Dag Rune Stangeland	Troms pd	240.0	255.0	270.0	170.0	175.0	180.0	745	428.00	3.

Politimesterskapet i Benkpress 2024 (23. august i Oslo) – Resultater

Plass	Kjønn	Alders-klasse	Vekt	Navn	Distrikt	Benkpress		Poeng	Sml.	
1.	K	Åpen	64.14	Linn Karen Skjold	Troms pd	67.5	70.0	75.0	79.47	2.
2.	K	Åpen	72.82	Amalie Zwerg Gran	Nordland pd	70.0	75.0	80.0	77.50	3.
3.	K	Åpen	84.00	Dawn Helga Stewart	Møre og Romsdal pd	80.0	82.5	85.0	73.57	4.
4.	K	Åpen	63.93	Regine Rongved	Troms pd	60.0	65.0	67.5	69.04	5.
5.	K	Åpen	75.61	Siri Negård	Troms pd	55.0	57.5	62.5	59.12	6.
1.	K	Veteran	68.55	Angela Fonseca Bustos	Oslo pd	75.0	80.0	85.0	80.76	1.
1.	M	Åpen	102.85	Theodor Midttømme	Trøndelag pd	170.0	185.0	190.0	114.38	1.
2.	M	Åpen	122.19	Elling Loe	Oslo pd	180.0	182.5	187.5	104.50	2.
3.	M	Åpen	115.86	Egil Glomset	Troms pd	170.0	177.5	180.0	102.93	4.
4.	M	Åpen	93.22	Mikael Tonning	Oslo pd	155.0	160.0	160.0	100.40	5.
5.	M	Åpen	92.98	Johannes Lyngedal	Øst pd	140.0	150.0	157.5	98.96	6.
6.	M	Åpen	81.91	Magnus Stendal	Sør-Øst pd	130.0	140.0	145.0	97.56	7.
7.	M	Åpen	88.02	Mikal Sviggum	Innlandet pd	135.0	140.0	142.5	90.41	9.
8.	M	Åpen	92.00	Johan Jahr	Oslo pd	130.0	137.5	142.5	89.99	10.
9.	M	Åpen	102.40	Espen Elvehøi	Oslo pd	137.5	147.5	155.0	88.94	11.
10.	M	Åpen	101.18	Sindre Seljebotn	PHS	135.0	145.0	150.0	87.84	12.
11.	M	Åpen	93.35	Christer Johannessen	Oslo pd	105.0	110.0	120.0	75.25	13.
12.	M	Åpen	77.61	Snorre Øvreberg	PHS	100.0	105.0	110.0	73.10	14.
1.	M	Veteran	120.40	Dag Rune Stangeland	Troms pd	170.0	175.0	180.0	103.41	3.
2.	M	Veteran	95.00	Mikael Sorter	Oslo pd	130.0	140.0	150.0	93.30	8.