

# Referat fra politimesterskap i styrkeløft og benkpress 2024

Årets politimesterskap i styrkeløft og benkpress ble arrangert av Oslo politidistrikt v/Oslo politis idrettslag 23.08.24

Det var vanskelig å finne arrangør til årets mesterskap da alle distrikt som ble forespurt ikke hadde mulighet. Bergen skulle egentlig arrangere – sammen med pm håndball - men måtte avlyse atlet da de ikke lenger kunne låne tiltenkt lokale. Oslo politis idrettslag tok stafettpinnen like før vår og satte dato for politimesterskapet til 23.08.24. Det skulle opprinnelig arrangeres på Pumphouse treningsstudio men ble noen uker før flyttet til Oslo Styrkeløftklubb på frysjeveien 33 i Oslo da politimesterskapet trengte bedre utstyr.

Innveilingen startet kl. 09:00 hvor utøverne blant annet meldte inn løftehøyde, sikringshøyde og startvekt. Oppstart var klokken 11:00 og siste løft i konkurransen var ca 14:00. Utøverne startet med knebøy, deretter benkpress og til slutt markløft. Stor takk til Oslo styrkeløftklubb for et prikkfritt og profesjonelt gjennomført arrangement.

Programmet powerlifting live ble brukt som forenkler prosessen med å holde kontroll på alle som løfter, hva som ble løftet, hvem som er neste og hvem som vant. Poengsummen utregnes i wilks ref. statuttene. Det vurderes om statuttene skal gjøres om neste år til at poengsum regnes ut i IPF GL.

Det var opprinnelig 26 påmeldte men med litt frafall grunnet sykdom og lignende stilte 20 deltagere.

Scandic helsfyr skulle arrangere baketten men de hadde bommet på datoen og kunne ikke ordne allikevel, den beskjeden fikk vi samme dag da vi møtte opp til tiltenkt bankett i resepsjonen. Tilfeldigheten hadde det til at mesterskapets sterkeste løfter som vant politidirektørens pokal bodde like ved og alle dro dit på bankett. Det ble bestilt pizza og var god stemning.

Viser til referat fra leder av atlet Oslo politis idrettslag – Mikael Sorter - for resultater.

Jeg har hatt dialog med svensk politi for å kunne arrangere landskamp i styrkeløft og benkpress. I august fikk vi invitasjon og mesterskapet skulle holdes i Örebro 12.10.24. Men dagen etter at vi fikk invitasjon fikk vi dårlige nyheter om at lisensene ikke var i orden til et internasjonalt mesterskap. Mesterskapet ble flyttet til november i påvente av at lisenser og lignende skulle gå i orden. Det var Örebro styrkeløftklubb som skulle arrangere men det lot seg ikke gjøre å få ting på plass. Landskampen ble derfor avlyst og svensk politi kjører et vanlig pm. Så får denne tråden tas opp i 2025, kanskje svenskene kan komme til Norge.

Grenleder atlet  
Mikael Faksnes Tonning  
Oslo  
02.09.24

# Referat fra politimesterskapet i styrkeløft og benkpress 2024

**Tid:** 23.08.2024 kl. 0900-1500

**Sted:** Lokalene til Oslo Styrkeløftklubb på Kjelsås.

**Arrangør:** OPIL v/ styrkeløftgruppen

## Deltagere

Invitasjon til mesterskapet ble sendt ut til politidistriktene via NPI 31. mai 2024, med påmeldingsfrist 1. juli. Mesterskapet ble også annonsert via NPI Atletgruppens sider på Facebook. Påmeldingsfristen ble senere forlenget med en måned. Per 1. august var det 26 påmeldte til mesterskapet. Etter en del forfall på grunn av skader og sykdom, stilte 20 deltagere fra ni distrikt/særorgan opp på selve mesterskapet, hvorav tre kun påmeldte i benkpress.

## Konkurransen

Stevnet ble avholdt i lokalene til Oslo Styrkeløftklubb (OSK) på Kjelsås i Oslo, og ble arrangert på samme måte som et offisielt styrkeløftstevne, etter regler og retningslinjer fra Norges Styrkeløftforbund. I tillegg til å stille med lokaler, bidro OSK med profesjonelt plattingsmannskap, speaker og sekretariat. OPIL leide også inn tre NSF-godkjente dommere til stevnet.

Dagen startet med innveiing fra kl. 0900, etterfulgt av en felles gjennomgang av tidsplan og konkurranseregler. Løftingen startet med knebøy kl. 1115, og holdt på til siste markløft kl. 1415. Etter konkurransen, ble det felles rydding av lokalene og premiering.

## Bankett

Det var planlagt bankett kl. 1900 på Scandic Helsfyr, med hele 20 deltagere. Da vi stilte opp på hotellet, viste det seg at de hadde bommet på datoen og ikke kunne servere oss likevel. Svært dårlig service av Scandic, til advarsel for fremtidige arrangementer. Alternativet ble en hyggelig sammenkomst hjemme hos Norges sterkeste politimann, med pizza og god stemning.

## Resultater

### Styrkeløft

#### **Topp 3 kvinner**

1. Angela Fonseca Bustos (Oslo)
2. Linn Karen Skjold (Troms)
3. Siri Negård (Troms)

#### **Topp 3 menn**

1. Elling Loe (Oslo)
2. Johannes Lyngedal (Øst)
3. Dag Rune Stangeland (Troms)

### Benkpress

#### **Topp 3 kvinner**

1. Angela Fonseca Bustos (Oslo)
2. Linn Karen Skjold (Troms)
3. Amalie Zwerg Gran (Nordland)

#### **Topp 3 menn**

1. Theodor Midttømme (Trøndelag)
2. Elling Loe (Oslo)
3. Dag Rune Stangeland (Troms)

**Politidirektørens pokal** (beste løfter på tvers av alle klasser): Elling Loe (Oslo)



Angela (OPI) ble beste kvinnelige løfter i både styrkeløft og benkpress.



Elling (OPI) var stevnets sterkeste utøver og vant politidirektørens pokal.



Theodor (Trøndelag) vant herrenes benkpresskonkurransen.