



**Verksamhetsberättelse 2017**

# Göteborg Kraftsportklubb

## Verksamhetsberättelse 2017



Styrelsen har haft 4 möten under 2017 och har sett ut som följer:

**Ordförande:** Tobias Nilsson

**Sekreterare:** Johanna Jilsén

**Kassör:** Kalle Mattsson

**Ledamöter:** Pelle Arve, Simon Ivarsson, Sandra Smoler, Fredrik Westlund

**Valberedning:** Martin Krisell, Viktor Mattsson

### Inledning

2017 var ett år där vi hade nöjet att följa två av våra lyftare i internationella tävlingar. Isabella von Weissenberg gjorde flera mycket imponerade tävlingar under svensk flagg och tog två guldmedaljer och ett brons. Utöver det slog hon även världsrekordet i knäböj tre gånger och slog flera europarekord. Filip Lindström gjorde sin första tävling i landslagstrikån under EM och bjöd upp till en oerhört spännande kamp om tredjeplatsen, som dessvärre gick till hans landslagskollega. Både Filip och Bella har uppmärksammats i sociala medier och press och varit goda förespråkare för styrkelyft och GKK.

GKK har även haft fina framgångar i de nationella tävlingar vi under året deltagit i. Vi har tagit medaljer på allt från SM-tävlingar till distriktsmästerskap och satt flera nya distriktsrekord i både junior- och seniorklasserna. Vi har också haft nöjet att se många nya lyftare göra sina första tävlingar på flaket!

Förenings lag har inte haft ett lika starkt år som våra individuella lyftare. Under året har det stundtals varit svårt att fylla upp lagen, speciellt för damerna. Herrarnas lag hamnade alla på fjärde plats i respektive serie, det gjorde även damernas elitserielag i klassisk bänkpress. Damernas elitserielag hamnade på en sjätteplats och damernas division 1-lag hade bara två registrerade lyftare under seriens första omgång och hamnade därför på trettonde plats. Ett medlemsmötet anordnades i november, där det bland annat togs upp hur vi ska göra med lagen framöver. Deltagande medlemmar bjöd på en engagerad och intressant diskussion, där slutsatsen blev att vi vill behålla lagen och försöka organisera dessa så att vi kan vara konkurrenskraftiga även i serien under 2018.

GKK har under 2017 både arrangerat tävlingar och varit medarrangörer, samt ställt upp med funktionärer och domare till andra klubbars tävlingsarrangemang. Vår största tävling under året var distriktsmästerskapen i klassisk och utrustad styrkelyft under september månad. Liksom förra året hölls denna på Slottsskogsvallen. Alla medlemmars mycket fina insatser, både på och utanför flaket, gjorde att DM även detta år blev en väldigt uppskattad och välarrangerad tävling. Året avslutades med en vinterfest som hölls på Beach Center i Kviberg.

Medlemsantalet har ökat något sedan förra året, vilket innebär att vår föreningen har nu över femtio

medlemmar! Antalet tävlingslicenser har minskat sedan förra året. 2017 innebar även ett generationsskifte i styrelsen. Vi har växt mycket de senaste åren, vilket är glädjande. Detta ställer oss som klubb inför nya utmaningar att utvecklas och finnas till för våra medlemmar.

## Januari

Januari var en lugn månad för GKK. I slutet medverkade Isabella von Weissenberg och Sandra Jakobsson på Göteborgs stads "Hälsodagarna" där de under en lördagseftermiddag höll en prova-på-träning i styrkelyft för tjejer från 14 år och uppåt. Detta blev en mycket uppskattad tillställning. Värt att nämna är även att Sofia Loft under en tid fick pryda baksidorna på Arlas mjölkpaket där hon visade upp de olika delgrenarna i klassiskt styrkelyft.

## Februari

Februari inleddes med tävling när Magnus "59:an" Carlsson drog på sig bänkpresströjan för att representera GKK under SM-veckan i Söderhamn. Magnus kom på en andraplats, matchad av Oskar Dahl. GKK hade även sitt årsmöte. Oskar Dahl tackade för förtroendet på ordförandeposten och lämnade över klubban till valberedningens förslag, Tobias Nilsson. Mikael Jansson avslutade en lång och trogen tjänst som sekreterare (vilket han varit sedan 2011) och Johanna Jilsén fick årsmötets bifall att ta över. Fredrik Westlund fick fortsatt förtroende som ledarmot och ackompanjerades av Sandra Smoler, Simon Ivarsson samt Pelle Arve. Kalle Mattsson fortsatte som sittande kassör. Årsmötet beslutade också att utse Sofia Loft till hedersmedlem i GKK. Med sina VM, EM och SM-medaljer har Sofia varit en av föreningens största lyftare genom tiderna.

## Mars

Mars började tävlingsintensivt! Serietävling 1 arrangerades på Slottsskogsvallen under första helgen, där GKK:s lyftare gjorde finfina insatser och samlade poäng till laget. Vi hade även det stora nöjet att välkomna helt nya lyftare in på tävlingsflaket i form av Ellen Staveborg-Kerkelä, Emilia Zevgara och Albin Björkman. Ellen använde sin första tävling till att kvala till SM, Emilia gjorde samma sak gällande U/J/V-SM och på det spåret fortsatte Börje Lindh, Albin Björkman och Caroline Sandberg. Sandra Smoler och Henric Ramåker kvalade även han in till u/j/v-SM, fast i bänkpress. Sandra Smolers sista lyft gjorde henne klar för både u/j/v-SM och klassiska SM, också det i bänk. Våra lite mer erfarna lyftare Isabelle Karlsson och Ino Blomqvist passade även de på att lyfta sig över kvalgränsen till sommarens SM. Tack vare en ordentlig uppslutning av icke-tävlande medlemmar kunde tävlingen skötas smidigt. Ett välskrivet referat från tävlingen författat av Pelle Arve lades upp på GKK:s hemsida.

Nästa stora tävlingspunkt var EM i klassisk styrkelyft i Thisted i Danmark, där två av GKK:s lyftare var representerade: Isabella von Weissenberg och Filip Lindström. De gjorde båda mycket fina prestationer, där Bella tog guld i -72:an och dessutom slog två Europarekord (marklyft, 207,5 kg samt totalen, 495 kg) och ett världsrekord (knäböj, 192,5 kg)! Filip, som gjorde sin debut i den blågula trikån, bommade sina två första bänkpressar och fick hela GKK att hålla andan när han i tredjelyftet gjorde en makalös upphämtning och långsamt låste ut 190 kg. Efter en rafflande marklyftsduell mot sin landslagskollega Mikael Gullander, placerade sig Filip på en hedervärd fjärdeplats. GKK var aktiva med att återberätta våra lyftares prestationer via sociala medier samt i kontakt med press, vilket gav bra resultat med omnämningen i både TV, radio och tidningar (huvudsakligen SVT, P4 Göteborg och GP).

Isabella deltog även i podradion Tyngre samt flertalet Youtube-filmer, där hon fortsatte att vara en

fantastisk representant för styrkelyft.

## **April**

April månad inleds även den med tävling. Jenny Bohlin åkte till Götalandsmästerskapen och lyfter till sig en silvermedalj i klass -72, med personligt rekord i både knäböj och marklyft.

Under april månad hade styrelsen möte, där förslag på delegationsordning började arbetas fram för att förenkla styrelsearbetet. Framtida tävlingar (bänk-DM, polis-SM samt serietävling 2 började planeras och styrelsen såg över så att alla våra deltagande lyftare i kommande u/j/v-SM hade en matchare på plats. Styrelsen beslutade också att de personer som inte betalt medlemsavgift senast 31/3 avaktiveras från klubbens forum.

I slutet av april hölls u/j/v-SM i Örebro. GKK hade nöjet att skicka en stabil uppställning i form av fyra lyftare: Albin Björkman, Börje Lindh, Emilia Zevgara och Caroline Sandberg höll fanan högt i styrkelyftet. Motståndet var hårt i många av klasserna. Klass -74 bjöd på med rejält motstånd till vår mästerskapsdebutant Albin, där han knep en femte plats. Börje Lindh kom på sjätte plats i -105 och Emilia, även hon debutant, kom på åttonde plats i klass -63. En medalj fick GKK med sig hem - Caroline tog en rejäl revansch på förra årets mästerskap och krigade sig till en silvermedalj i -72:an.

## **Maj**

Efter att styrkelyftsdelen av u/j/v-SM gått av stapeln, inleddes maj med motsvarigheten för bänkpress. Sandra Smoler och Henric Ramåker åkte även de till Örebro för att representera GKK. Henric hamnade i en riktigt tuff -83-klass och kom på femte plats med 150 stadiga kilon. Sandra utklassade totalt sin motståndare med 15 kg och kammade hem en välförtjänt guldmedalj i bänkpressens -84.

På Slottskogsvallens gym anordnades polis-SM i styrkelyft första helgen i maj, där GKK bemannade både funktionärs- och domarpositioner.

Ytterligare en bit in i maj var det dags för flera av klubbens lyftare att dra på sig trikån - DM i bänkpress anordnades av Fysiken Atletklubb. Magnus Carlsson drog återigen på sig bänkpresströjan, pressade upp 150 kg och plockade guldet i -74.

Till den klassiska bänkpressen mönstrade GKK åtta lyftare, där de ställde till med vad som inte kan beskrivas som annat än ett medaljregn. Filip Lindström, Henric Ramåker, Sandra Jakobsson och Karl-Erik "Kalle" Malmberg tog alla guld i sina respektive viktklasser (med allt från 5-15 kilos marginal(!)). Kalle kunde även titulera sig distriktsrekordshållare efter tävlingen med sina mäktiga 170 kg. Silvermedaljer plockade Tian-Fu Yun och Ino Blomqvist med sig och en bronspeng lyfte Victor Mattsson till sig. Oskar Dahl gjorde en 145 kg tung stabil insats i en riktigt vass -93-klass, vilket räckte till en sjätteplats. GKK ställde även upp med domare och bemannade delvis sekretariatet.

Ännu en tävling hann klämmas in i maj, nämligen serietävling 2 som vi samarrangerade med Pure Power. Våra icke-tävlande medlemmar som deltog den dagen gjorde en mycket uppskattad och

berömvärd insats som funktionärer! Vi hade nöjet att se på när tre av våra lyftare äntrade tävlingsflaket för första gången - Lisa Mattsson, Daniella Petersen och Oscar Ekström. Daniella gjorde en mycket fin tävlingsdebut med idel vita flaggor och ett sprudlande humör. Lisa gjorde även hon mycket fint ifrån sig, men fick tyvärr inte slutföra tävlingen efter ett särdeles svordomsframkallande marklyft. Oscar lyfte stadigt och fint och passade även på att putsa ett och annat PB under tävlingen.

En annan glädjande syn var se att Mikael "Micke" Jansson dra på sin tävlingstrikån för en styrkelyftstävling igen. Efter ett längre skadeuppehåll hade Micke gott om krut i kroppen och gjorde idel lätta lyft. Pelle Arve gjorde en stadig och fin tävling, där både Martin Krisell och Simon Forsberg följde hans exempel. Tian-Fu Yun var efter mycket fina lyft i både böj och bänk på god väg att korsa den efterlängtdade kvalgränsen till SM, men drabbades av akut ryggskott i marken och kunde tråkigt nog inte slutföra tävlingen. Ett underhållande och välskrivet referat av Pelle om ovan nämnda tävlingar finns att läsa på GKK:s hemsida, under fliken "Nyheter".

Ett styrelsemöte hölls under maj, där det bland annat beslutas att en privat grupp för GKK:s medlemmar ska skapas på Facebook för att underlätta att sprida information. Johanna lade fram en sammanställning av hur våra klubbkläder skulle se ut och hur dessa ska beställas. Efter senare önskemål skapades det en separat tråd med information om detta på forumet.

## **Juni**

Juni inleddes med att vi fick lyssna på när Filip Lindström var med i podcasten Tyngre Radio, där han berättade bland annat om sin träning, sin utveckling och sin upplevda potential. Avsnittet blev mycket uppskattat och många kom med nyfikna frågor.

I mitten av juni var det återigen dags för Bella att dra på sig landslagstrikån och åka till Minsk, Vitryssland för VM i klassiskt styrkelyft. Bella gjorde en fantastisk insats och med ett nytt världsrekord i knäböj på 193 kg samt ett nytt Europarekord i totalen (mäktiga 500,5 kg) kunde hon kliva upp på pallen som bronsmedaljör. Detta uppmärksammades välförtjänt både innan och efter av både press och TV. I slutet av månaden var Bella också med i ett reportage i Body Magazine. Att kunna leverera på så hög nivå under den press som ett världsmästerskap innebär är enastående. GKK applåderar Bellas oerhörda prestation!

## **Juli**

Under juli månad genomfördes svenska mästerskapen i klassisk styrkelyft och bänkpress i Borås, arrangerat av Borås AK. Mästerskapet var väl arrangerat och flöt på bra, med god stämning på läktarna. GKK skickade en sextett med duktiga lyftare, där Filip Lindström, Ino Blomqvist, Jenny Bohlin, Isabelle Karlsson och Ellen Staveborg-Kerkelä stod för styrkelyftandet och Sandra Jakobsson tog hand om bänkpressen. Både Isabelle och Ellen gjorde sin första tävling på SM-nivå och krigade efter bästa förmåga i -63:an. De följde varandra hack i häl i resultatlistan, där Ellen kom på nionde plats och Isabell på tionde, med en total på 345 kg respektive 327,5. Jenny körde i -72 och bjöds på ordentligt med motstånd. Det blev en sjundeplats för Jenny. Ino vägde in i klass -83 och gjorde en stark tävling med många fina lyft. En total på 662,5 kg räckte till en femteplats. I -105:an bjöd Filip oss på en

gastkramande jakt på guldmedaljen fram till sista marklyftet, där tyvärr hans konkurrent knep förstaplatsen med 0,5 kg (Filips total blev 801 kg.). En silvermedalj blev det det här året för Filip, plus tre distriktsrekord - 291 kg i knäböj, 195 kg i bänkpress och 801 kg i totalen. I damernas -84 i bänkpress fick Sandra Jakobsson äntligen putsa sitt personbästa till tresiffrigt! 100 kg räckte i årets startfält till en silvermedalj. Tobias Nilsson representerade GKK i domarskjorta och såg till att allt sköttes enligt regelboken.

Under SM-veckan fick även Sofia Loft emotta pris för bästa europeiska kvinnliga lyftare 2016. Då Sofia är trefaldigt svensk mästarinna, Europamästarinna och trefaldig världsmästare kan det inte sägas annat än att vara en mycket välförtjänt utmärkelse!

## September

Från en stor tävling till en annan - i september gjorde vi i GKK årets största tävlingsarrangemang i form av DM i utrustat och klassiskt styrkelyft. Ingen av våra lyftare körde med utrustning, utan alla satsade på den klassiska lyftningen. 15 lyftare kom till start till den klassiska styrkelyftet och inte mindre än sju medaljer kammade vi hem (fyra guld, två silver, ett brons). Martin Krisell och Magnus "59:an" Carlsson följdes åt hack i häl i -74:an, där Martin var 10 kg starkare för dagen och därmed kammade hem guld. 59:an knep silverpengen och Viktor Mattson kom på femte plats.

Även i -83 var det gott om GKK:are - Ino vann i stor stil, med en betryggande marginal på 30 kg till andraplatsen och ett distriktsrekord i knäböj på 230 kg. I mitten av klassen kämpade Tian-Fu Yun, Karl-Erik Malmberg och Pelle Arve om placeringarna. De bokade upp fjärde, femte- och sjätteplatsen (i nämnd ordning)! Kalle, som ägnat sin tid åt bänkpress de senaste åren, gjorde en återkomst till styrkelyftet. Vi hoppas att få se många fler såna tävlingar från Kalle! I -93:an representerade Oskar Dahl GKK. Oskar gjorde en fin tävling och lyfte sig till att hamna mitt i startfältet, på femte plats. I viktklass -105 seglade Oscar Ekström i ensam GKK-majestät. I sin andra styrkelyftstävling nånsin hamnade han på sjätte plats med en total på 557,5 kg.

Ytterligare en viktklass där många GKK:are deltog var -120. Filip Lindström krossade allt motstånd och säkrade guld med en total på 735 kg. Silvermedaljen vann Fredrik Westlund, som till mångas jubel gjorde en efterlängtd comeback på flaket efter en tråkig skada tidigare på året. 660 kg lyfte Fredde ihop. Björn Bondemark och Alexander Molnar klev för första gången upp på tävlingsflaket och påbörjade sin styrkelyftskarriär genom att lyfta 585 respektive 490 kg. Det blev en femte- respektive sjätteplats för Björn och Alexander i sin första tävling. På damsidan representerades GKK av Isabelle Karlsson som i -63 lyfte till sig guld med 345 kg totalt och i viktklass +84 tog Daniella brons, ynka 2,5 kg bakom tvåan.

DM var en stor tävling som krävde mycket tid och engagemang från alla GKK:s medlemmar. Alla var väl medvetna om att det krävdes en laginsats för att det skulle bli bra och ställde upp för klubben under hela helgen. GKK hade även en tillgång i Tommy Krogell som agerade som fotograf och utan krav på ersättning delade med sig av de fina bilder han tagit under tävlingsdagarna. Efter förra årets DM fick

vi återkoppling från deltagande lyftare som tyckte att tävlingsflaket var dåligt och ostabilt, vilket åtgärdades till årets tävling. Förhoppningsvis förbättrade det upplevelsen för årets lyftare! Vi återupprepade även förra årets succé med ett kafé i entrédelen av lokalen, något som var mycket uppskattat bland både tävlingsdeltagare, publik och funktionärer.

I mitten av månaden representerade även Jenny Bohlin GKK i västeuropeiska mästerskapen i Hamm, Luxemburg. Hon gjorde debut i tävling utanför Sverige, bjöds på rejält motstånd och hamnade till slut på en fjärdeplats.

Under september hölls även ett styrelsemöte där datumförslag för ett medlemsmöte i november och 2018 års årsmöte togs fram och röstades igenom.

## **Oktober**

Oktober var en tävlingsfri månad. Våra medlemmar såg istället till att förbereda sig för serietävling 4 i november. Styrelsen planerade inför det utannonserade medlemsmötet i november och pratade visioner och målsättningar för GKK i framtiden.

## **November**

I november åkte vi till Borås där Borås AK arrangerade serietävling 4, både med lyftare och funktionärer. Johanna Jilsén, Oskar Dahl, Kalle Malmberg, Pelle Arve, Johan Lindh, Isabelle Karlsson, Micke Jansson och Martin Krisell stod för dagens lyftning och Daniella Petersen, Tian-Fu Yun, Viktor Mattsson och Oscar Ekström såg till att det var säkert att lyfta och stängen klovades som den skulle. Tobias Nilsson och Sandra Smoler var behjälpliga som domare. Under tävlingen användes även det tävlingsprogram som Tian-Fu tagit fram för att löpande registrera och visa lyftarnas resultat. Programmet blev mycket omtyckt och kommer definitivt att användas under fler tävlingar!

Johanna, som varit borta från styrkelyftet p g a skada, var tillbaka i trikån och gjorde en stadig comeback. Oskar tävlade i bänkprens och putsade till sitt klassiska bänk-PB till 152,5 kg. Kalle hade en riktigt stark dag där han ökade på sin total med 45 kg (!) från sin förra tävling, slog tävlings-PB i alla delgrenar plus totalt och som grädde på moset putsade han till sitt eget distriktsrekord i klassisk bänkprens till 175 kg. Pelle hade tyvärr en dålig dag, där han till slut fick stryka sig för att inte riskera skada. Johan gjorde sin första styrkelyftstävling, med kloka viktval och fina lyft. Isabelle tog det lugnt på tävlingen och samlade in viktiga poäng till damernas lag. Micke fortsatte att göra fina, lätta lyft och avslutade tävlingen med att göra av med sista energin på ett riktigt kämparlyft i sitt tredje marklyft. Martin gjorde en mycket fin tävling och var snubblande nära att även klara kvalgränsen till SM, men hans tredje mark var tyvärr lite för tung. Sammanfattningsvis fick vi se många beundransvärda insatser på flaket i Borås!

Dagen därpå åkte Ino Blomqvist och Björn Bondemark till Göteborg Styrkelyftarklubb för att även de tävla på serietävling fyra. Även Johanna följde med och var domare. Ino valde att tävla endast i bänkprens, vilket han gjorde med bravur och putsade sitt personbästa till 160 kg. Björn följde Inos exempel och gjorde en mycket stark tävling, där han la 30 kg till sin total på 615 kg och slog



personbästa med 10 kg i alla delgrenar.

Med alla årets serietävlingar avklarade visade det sig att våra lyftares insatser under året räckte till mestadels fjärdeplatser för lagen i serierna. Alla herrarnas lag samt damernas bänklag kom på en fjärdeplats, damernas lag i elitserien i klassiskt styrkelyft hamnade på en sjätteplats och damernas division 1-lag i samma disciplin landade på trettonde plats.

GKK hade under året svårigheter att fylla framför allt damlagen under säsongen. Klubbens lag och medverkan i dessa var en av punkterna som avhandlades under det medlemsmöte som höll i Canonhuset i Gårda under november. Där diskuterades även värdegrunder, ordningsregler på Vallen, styrelsens ambition att skapa en tävlingskomité och sociala aktiviteter, för att nämna några punkter. Ett fullständigt protokoll från mötet finns att hitta på klubbens forum.

## **December**

December inleddes med att vi ännu en gång kunde följa Isabella von Weissenberg i en internationell tävling, denna gång European Classic Cup i Malaga, Spanien. Bella gjorde återigen en mycket fin tävling där hon vann guld med en marginal på 46,5 kg och dessutom ökade världsrekordet i knäböj till imponerande 196,5 kg! Detta uppmärksammades på flera håll, bland annat i GP.

Föreningsåret avslutades även detta år med en trivsamt klubbfest på Beach Center i Kviberg. Många av klubbmedlemmarna slöt upp och bidrog till en härlig stämning. GKK Awards, klubbens egna årliga priser som röstas fram av medlemmarna delades ut. Tobias Nilsson blev Årets GKK:are tredje året i rad, Ino Blomqvist och Ellen Staveborg-Kerkelä delade på utmärkelsen Årets genombrott. Årets kvinnliga respektive manliga lyftare gick till Isabella von Weissenberg och Filip Lindström. Årets prestation tyckte GKK:s medlemmar att Fredrik Westlund stod för.

Innan årets slut anordnades skojtävlingen Bänkpess-baddaren, som Martin Krisell vann med 41 reps på 50% av sitt 1RM. Tävlingen var ett uppskattat inslag och vi hoppas att den kan bli en ny årlig tradition.

## **Särskilt tack till...**

Ingen av våra tävlingar hade gått att genomföra utan alla medlemmar som ställer upp på sin fritid och (bland annat) dömer, klovar, är speaker, sitter i sekretariatet, matchar och applåderar sina klubbkompisar. Det är ni som är föreningen och tack vare er som vi kunnat ha god stämning och roliga stunder under året! Året har bjudit på fantastiska prestationer i allt från träningslokal till VM-sal. Många diskussioner och samtal har hållits under året för att utmana, utveckla och stötta varandra.

## Årets medaljer

<b>Tävling</b>	<b>Guld</b>	<b>Silver</b>	<b>Brons</b>
VM klassisk SL	-	-	1
EM klassisk SL	1	-	-
SM klassisk SL	-	1	-
UJV-SM klassisk SL	-	1	-
European Classic Cup	1	-	-
GM klassisk SL	-	1	-
DM klassisk SL	4	2	1
SM BP	-	1	-
SM klassisk BP	1	-	-
UJV-SM klassisk BP	1	-	-
DM BP	1	-	-
DM klassisk BP	4	2	1

Totalt 13 guld, 8 silver och 3 brons.

## Allsvenska serien

I den allsvenska serien har vi haft följande lag registrerade, med slutliga placeringar:

<b>Lag</b>	<b>Plats</b>	<b>Poäng</b>	<b>2017</b>	<b>2018</b>
Herr				
Klassisk bänkpress	4	2046,64	Elitserien	Elitserien
Klassisk styrkelyft	4	7426,85	Elitserien	Elitserien
Klassisk styrkelyft 2	4	3181,94	Division 4	Division 4
Dam				
Klassisk styrkelyft	6	3324,06	Elitserien	Elitserien
Klassisk bänkpress	4	776,63	Elitserien	Elitserien
Klassisk styrkelyft 2	13	558,63	Division 1	Division 1

## Lag-SM

Lag-SM arrangerades ej under 2017.

# Rekord slagna under året

## Världsrekord

<b>Senior</b>	<b>Klass</b>	<b>Gren</b>	<b>Resultat</b>
Isabella v. Weissenberg (tidigare även 190 och 192,5 kg)	-72	Klassisk knäböj	196,5 kg

## Europarekord

<b>Senior</b>	<b>Klass</b>	<b>Gren</b>	<b>Resultat</b>
Isabella von Weissenberg	-72	Klassisk marklyft Klassisk sammanlagt	207,5 kg 495 kg

## Svenska rekord

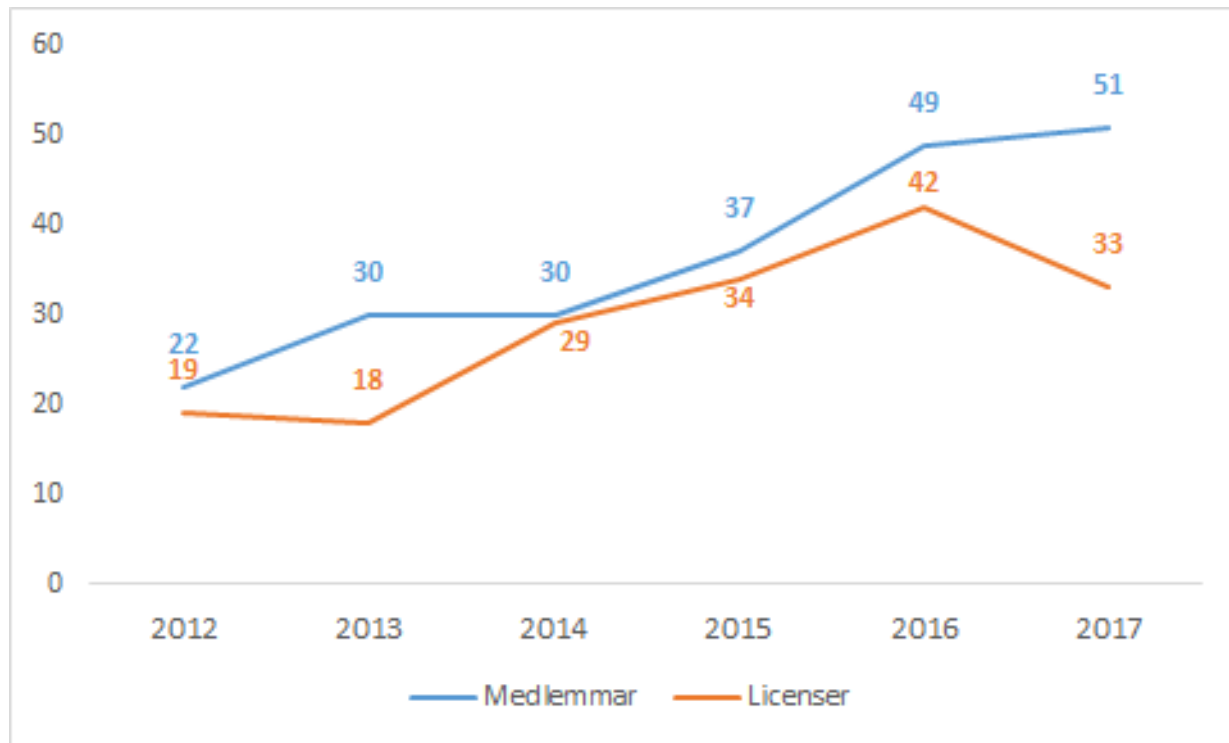
Isabella v. Weissenberg	-72	Klassisk knäböj Klassisk marklyft Klassisk sammanlagt	196,5 kg 210 kg 500,5 kg
-------------------------	-----	---	--------------------------------

## Distriktsrekord (de svenska rekorden är även distriktsrekord, om inget annat anges)

<b>Junior</b>	<b>Klass</b>	<b>Gren</b>	<b>Resultat</b>
Albin Björkman	-74	Klassisk knäböj	182,5 kg
Henric Ramåker	-83	Klassisk bänkpress	142,5 kg
Sandra Smoler	-84	Endast kl. bänkpress	95 kg
<b>Senior</b>	<b>Klass</b>	<b>Gren</b>	<b>Resultat</b>
Isabelle Karlsson	-63	Klassisk marklyft	162,5 kg
Isabella von Weissenberg	-72	Klassisk bänkpress	72,5 kg
Karl-Erik Malmberg	-83	Klassisk bänkpress	175 kg
Ino Blomqvist		Klassisk marklyft	275 kg
Karl-Erik Malmberg		Endast kl. bänkpress	175 kg
Filip Lindström	-105	Klassisk knäböj Klassisk bänkpress Klassisk sammanlagt	291 kg 195 kg 801 kg

## Medlemmar och licensierade lyftare

2017 innebar en liten höjning av totalt antal medlemmar. Vi fått en hel del nya medlemmar, men vi behåller inte våra kvinnliga lyftare. Av våra medlemmar är det också färre som varit tävlingslicensierade under året.



År	Medlemmar	Licenser	Könsfördelning män:kvinnor
2012	22	19	
2013	30 (+40%)	18 (+6%)	
2014	30	29 (+61%)	
2015	37 (+24%)	34 (+17%)	
2016	49 (+33%)	42 (+24%)	59% : 41%
2017	51 (+4%)	33 (-21%)	73% : 27%