

Tävlingsberättelse Linköpings AK- 2017

STYRKELYFT - Översikt

Under tävlingsåret 2017 har Linköping AK haft 31 licensierade styrkelyftare (18 st 2016) varav 23 herrlicenser och 8 damlicenser. Vi har haft totalt 4 stycken aktiva serielag: Herr- respektive damlag i både klassisk styrkelyft och klassisk bänkpress. Vi har arrangerat 3 stycken tävlingar på hemmaplan: Serieomgång 2 och serieomgång 3 där vi gästades av föreningarna Västerviks AK, Boxholm LK-81, Jönköpings SK och Trosa AIF. Linköpings AK har även, för sjätte året i rad, anordnat prova-på-tävlingen Lusselyftet. Flertalet av våra lyftare har deltagit på SM-tävlingar under året och Steven Örnerstedt har även tävlat på internationell nivå (Nordiska Mästerskapen, september) där han tog en guldmedalj i klassisk SL.

SERIETÄVLINGAR:

- **Serieomgång 1:**

Årets första serietävling sammanföll med DM i klassisk SL/BP som hölls i Nässjö (se mer under DM/Landsdelsmästerskap) i början av mars. Vi arrangerade även en mindre serietävling på hemmaplan (torsdag kväll) för de som inte hade möjlighet att åka i väg och tävla. Detta gjorde att vi fick ihop fulla lag.

- **Serieomgång 2:**

Under serieomgång 2 i maj anordnade LAK en tävling på hemmaplan där vi gästades av Jönköping SK, Trosa AIF, BLK-81 och Trosa AIF. Från LAK tävlade Sara Fredriksson, Mattias Hallberg, Jonas Hederberg, Johan Cederholm, Lisah Pedersen, Yvonne Jonsson, Erica Sellstedt, Käth Westerholm, Felix Thyren, Björn Gylemo, Johannes Skottheim, Thomas Liersch, Martin Allars, Marcus Ljung, Jerry Sundblad och Jukka Kulokorpi tävlade i klassisk SL o/e klassisk BP.

- **Serieomgång 3:**

Även serieomgång 3 (september) i klassisk bänkpress och styrkelyft anordnades på hemmaplan med samma upplägg som serieomgång 2. Från LAK tävlade Erica Sellstedt, Emilia Lindbäck, Tord Nilsson, Jerry Sundblad, Caroline Lund, Yvonne Jonsson, Cecilia Cederblad, Jonas Hederberg, i klassisk styrkelyft.

- **Serieomgång 4:**

Serieomgång 4 sammanföll med DM i SL som hölls i Nässjö i mitten av november (se mer under DM/Landsdelsmästerskap).

DM & Landsdelsmästerskap

- Götalandsmästerskapen hölls detta år i början av april (Helsingborg) där ingen av LAKs lyftare valde att ställa upp.
- 2017 års klassiska DM hölls i mars (Nässjö) där Käth Westerholm, Cecilia Cederblad, Jonas Hederberg, Jonatan Anderson, Mattias Hallberg, Jerry Sundblad, Johan Cederholm och Lisah Pedersen tävlade i klassisk bänkpress med fina resultat. Käth Westerholm, Jonatan Anderson och Steven Örnerstedt tävlade med fina resultat.
- DM i Styrkelyft gick under hösten i Nässjö där Cecilia Cederblad, Jonas Hederberg, Mattias Hallberg, Calle Hynén Ulfsjöö, Thomas Liersch, Fredrik Ekström, Martin Allard, Simon Perijas, Caroline Lund och Jerry Sundblad deltog och presterade fina resultat.

SM-tävlingar

- **SM i Styrkelyft och Bänkpress:**
I februari anordnas SM i Styrkelyft och Bänkpress i Söderhamn där Cecilia Cederblad tävlade i Bänkpress och tog brons.
- **U/J/V-SM i klassiskt styrkelyft och bänkpress:**
U/J/V-SM i klassiskt styrkelyft och bänkpress genomfördes i Örebro.
 - *Jonatan Anderson* (ungdom, -83 kg) tävlade i både kl.SL (silver och svenskt ungdomsrekord i bänkpress) och kl.BP (guld).
 - *Steven Örnerstedt* (ungdom, -120 kg) tävlade i kl.SL (guld och svenskt ungdomsrekord i knäböj och bänkpress).
 - *Oscar Edsgården* (junior, -83 kg) tävlade i kl.BP (guld)
 - *Jerry Sundblad* (junior, -93 kg) tävlade i kl.BP (5:te plats).
 - *Tord Nilsson* (M2, -105 kg) tävlade i kl.SL (brons)
 - *Ove Flisberg* (M1, -120 kg) tävlade i kl.BP (silver)
 - *Cecilia Cederblad* (junior, -72 kg) tävlade i kl.SL (fjärde plats) och kl.BP (guld)
 - **Totalt:** 4 guld, 2 silver och 1 brons.

SM i klassiskt Styrkelyft och Bänkpress

Senior-SM i klassiskt SL/BP hölls i Borås under juli månad.

- Mattias Hallberg (-74 kg) tävlade i både Kl. SL (11:te plats) & kl.BP (8:e plats)
- Martin Allard (-74 kg) tävlade i Kl.SL (12:te plats)
- Lisah Pedersen (-57 kg) tävlade i Kl.SL (6:te plats)
- Jonas Hederberg (-105 kg) tävlade i Kl.BP (fjärde plats)
- Sara Fredriksson (-52 kg) tävlade i Kl.BP (femte plats)

- **U/J/V-SM i Styrkelyft & Bänkpress**

I december var det dags för U/J/V-SM i Styrkelyft & Bänkpress (Vedum) där Cecilia Cederblad tävlade i både Styrkelyft och Bänkpress där fick med sig silver i styrkelyft och silver i bänkpress.

- **Total** samlade LAK ihop 10 stycken SM-medaljer under 2017.

Lusselyftet

LAKs årliga prova-på-tävling i Styrkelyft för icke-licensierade lyftare genomfördes i början av december för sjätte året i rad. Intresset var högt, både deltagar- och publikmässigt med 19 deltagande lyftare och mycket publik.

Tyngdlyftning

LAK hade under 2017 0 licensierade tyngdlyftare.

2017-12-19, Linköping

Cecilia Cederblad, Tävlingsansvarig 2017