

Tävlingsberättelse Linköpings AK - 2016

STYRKELYFT

Under tävlingsåret 2016 har Linköping AK haft 18 licensierade styrkelyftare samt totalt 4 stycken aktiva serielag: Herr- respektive damlag i klassisk styrkelyft och klassisk bänkpresa. Vi har arrangerat 3 stycken tävlingar: Klassiska DM i Styrkelyft & Bänkpresa (februari), SM i klassisk Styrkelyft & Bänkpresa (juli) samt prova-på-tävlingen Lusselyftet (december). Flertalet av våra lyftare har deltagit på SM-tävlingar under året och Martin Runqvist har även tävlat på internationell nivå (Nordiska Mästerskapen, februari) där han tog en guldmedalj i klassisk SL.

Serietävlingar

Serie 1:

Årets första serietävling sammanföll med DM i klassisk SL/BP som hölls i Linköping (se mer under DM/Landsdelsmästerskap) i början av februari.

Serie 2:

Under serie 2 i maj gästade vi Jönköping SK där Sara Fredriksson, Mattias Hallberg, Jonas Hederberg, Mårten Fristedt, Ove Flisberg och Cecilia Cederblad tävlade i klassisk SL o/e klassisk BP.

Serie 3:

Inför serie 3 (september) i klassisk bänkpresa och bänkpresa gästade vi Finspång AK där Sara Fredriksson, Ove Flisberg, Marcus Ljung, Johan Cederholm, Cecilia Cederblad, Mårten Fristedt och Jonas Hederberg tävlade i bänkpresa och klassisk bänkpresa.

Serie 3 i styrkelyft sammanföll med DM i Styrkelyft som hölls i Jönköping, se mer info under rubriken "DM/Landsdelsmästerskap".

DM/Landsdelsmästerskap

Götalandsmästerskapen hölls detta år i början av april (Vedum) där Mattias Hallberg (silver i Kl. SL, brons Kl. BP), Jonas Hederberg (brons, Kl. SL), Lisah Pedersen (Brons Kl. SL, guld Kl. BP) ställde upp.

2016 års klassiska DM hölls i februari i Linköping där Johan Cederholm, Marcus Ljung, Ove Flisberg, Thomas Lönn, Cecilia Cederblad, Mårten Fristedt, Jonas Hederberg, Patrik Pettersson, Mattias Hallberg, Sara Fredriksson, Jonathan Rosell, Adrian Rosell och Lisah Pedersen deltog med fina resultat.

DM i Styrkelyft gick under hösten i Jönköping där Cecilia Cederblad, Jonas Hederberg, Mattias Hallberg, Sara Fredriksson och Lisah Pedersen deltog och presterade fina resultat.

SM-tävlingar

U/J/V-SM i klassiskt styrkelyft genomfördes i Eskilstuna. Här tävlade Tord Nilsson (Silver) och Cecilia Cederblad (brons).

I november var det dags för U/J/V-SM i Bänkprens och klassisk Bänkprens (Gnosjö) där Cecilia Cederblad tävlade i både den klassiska och utrustade bänkpresen och fick med sig två stycken silver.

Senior-SM i klassiskt SL/BP anordnas av LAK och hölls i Norrköping under 4 intensiva, men roliga dagar där vi fick mycket beröm för eventet. Flera LAK-lyftare tävlade: Mattias Hallberg (5:te plats Kl. SL), Patrik Pettersson (7: e plats Kl. SL), Martin Runqvist (6:e plats Kl. SL), Lisah Pedersen (8.e plats Kl. SL/Silver Kl. BP) samt Jonas Hederberg. Total samlade LAK ihop 5 stycken SM-medaljer under 2016.

Tyngdlyftning

LAK hade under 2016 7 licensierade tyngdlyftare.

Serietävlingar

Vi deltog på alla STF:s fyra serietävlingar under våren (varav en av dessa arrangerades i LAKs lokaler) och slutade på en 8:e plats för herrarna i div 3.

SM-tävlingar

Vi deltog med två lyftare på JSM: Max Karlsson och Adrian Rosell.

2017-01-13, Linköping

Cecilia Cederblad, Tävlingsansvarig 2016