

Beretning fra WEC 2014, Borgaro Torinese Italien

Så blev det tid til årets Vest Europæiske Mesterskaber, hvor vi fra danske side stillede med et lille, men stærkt hold.

Danni Iversen (-83) og Jesper Mikkelsen (-120) Og undertegnede som head coach.



Turen gik fra Billund lufthavn 6.30 onsdag morgen. Og efter et kort ophold i Amsterdam skulle vi videre til næste fly mod Torino.

Vi ankom til stævne hotellet i Torino Onsdag eftermiddag, Og efter lidt afslapning og en hurtig udpakning gik vi hen for at se nærmere på stævne stedet som lå knap 10 min. gang fra hotellet.

Virkelige gode forhold, 4 mere eller mindre nye ER stativer, og rigelig med skiver.



Torsdag startede vores dag med åbnings ceremoni, hvor Jesper fik den store ære at repræsentere Danmark. :)



Kl. 1600, Danni blev vejet ind og startevægtende blev meldt, 287,5-187,5 & 245

Opvarmningen i Squat gik som den skulle, men første forsøg på 287,5 kg blev underkendt 2-1 på dybte.

Andet forsøg på 287,5 kg desværre samme historie underkendt 2-1 på dybden. Så i tredje forsøg, øgede til 290 kg for at give de sidste par mm i dybden og det virkede, godkendt med dommer stemmerende 2-1.

I bænken ingen problemer under opvarmningen, og heller ikke på første forsøg 187,5 kg nemt løft og godkendt 3-0.

Andet forsøg 192,5 kg igen let løftet vægt og godkendt 3-0.

Tredje forsøg blev der meldt 197,5 kg, som ville være personlig rekord for Danni, der skulle kæmpes lidt for den, men den kom op og blev godkendt 3-0.

Så blev det tid til dødløften, den rå opvarmning gik som planlagt, men da det blev tid at dragten skulle på blev, kom der lidt problemer. Efter som Danni vejede et par kilo mere en da han havde den på sidst, Den var den utrolig stram, så tiden løb fra os. Han skulle have haft 2 løft i dragten, men det blev kun til et halvt løft på 225 Kg. Men styrken virkede udmærket og konkurrencen var hård, så vi valgte at holde fast i startvægten på 245 kg.

Nemt åbnings forsøg på 245 og godkendt 3-0.

I andet forsøg blev der meldt 260 kg og igen et overkommeligt løft.

Tredje forsøg gik vi efter 267,5 som ville få Danni i front i konkurrencen og en Pr. Total med 755. Men desværre en lille smule for tung.

Så Danni måtte nøjes men 747,5 og en 2. plads for 4. år i træk!



Fredag Valgte vi at sove længe.
Da klokken havde passeret 12 kom vi langsomt til os selv.
Men dagen bød nu ikke på det store for vores vedkommende.
Afslapning, lidt styrkeløft og Pasta...



Så Blev det **Lørdag**, Jespers store dag!
Han Startede Dagen en et solidt måltid og en go gang udstrækning.



Han klarede indvejnngen med ny Pr. i kropsvægt!
og start vægtende blev 315-230-295

I Squatten gik det som planlagt, sidste opvarmnings forsøg på 300 kg lige over vandret og så var Jesper klar som første mand på scenen.

Åbnings løftet på 315 kg, blev løft så let som ingen ting, og blev godkendt 3-0
Andet forsøg 330kg, igen let løft og godkendt 2-1.

Tredje forsøg blev der meldt 340 kg, som ville være personlig rekord for Jesper med 5 Kg. Et ok løft selv med en lille fejl i teknikken og godkendt 2-1

Startede på 230kg i bænken, et godt løft og godkendt 3-0

Andet forsøg 235 kg, blev desværre for tung for den venstre arm og blev underkendt 3-0

Tredje forsøg igen på 235 kg men endnu engang for tung.



I dødløften var start vægten 295 kg som blev løftet i overbevisende stil og godkendt 3-0

Andet forsøg på 305 kg endnu engang et let løft, godkendt 3-0

I tredje forsøg blev der gået efter 312,5 kg som ville være give en personlig rekord både i dødløften og i totalen. Det blev et godt løft og godkendt med 3 hvide lamper



Det blev til en total på 882,5 Kg og en flot 2. plads!

Det var hvad det blev til for denne gang!

Hilsen Bill