

EM bænkpres

16.-19. oktober 2019 Tampere, Finland

Rejsedag:

Turen til Finland var stille og rolig. Hele rejsen var egentlig lang (ca 11 timer), men da det var en konstant vekslen mellem de forskellige transportmidler, følte det fint. Det eneste tidspunkt der var optræk til krise, var ved mellemlandingen i Arlanda lufthavn. På grund af melding i flyveren var der usikkerhed om hvorvidt vores indtjekkede baggage vil blive fløjet automatisk videre til Finland eller ej. Det blev heldigvis hurtigt afklaret da vi fandt en svensker der havde lidt overblik. Vores baggage fortsatte automatisk til vores destination - ganske som normalt. Dermed var krisen også afblæst, for nu var der også tid til at finde noget mad inden vi skulle med den næste flyver. Forkosten blev en nogle sandwichlignende ting til nogle ganske ublu priser, ganske som det plejer i en lufthavn. Jeg vil ikke sige at vi rejste videre på fyldt mave, men den værste sult var da stillet da vi boardede flyveren til Tampere. Efter små 50 minutters flyvetur landede vi i Finland.



Her ventede bussen, der kørte os, normændene, tyskerne og en del andre til hotellet. Alle danskere bliver installeret på Hotel Lapland, der ligger midt i Tampere by.

Vi fik hurtigt orienteret os på hotellet, hvor stævnekontoret praktisk nok også ligger. Så akkreditering blev hurtigt klaret. Derefter gik jagten på en god omgang tidlig aftensmad, der efterhånden var meget kærkommen.

Den blev hurtigt fundet i et af de nærliggende indkøbscentre, dog var Vibeke ikke spor tilfreds med kun at få en salat mens drengene kunne slå sig løs med lidt tungere mad på den

klassiske amerikanske diner.



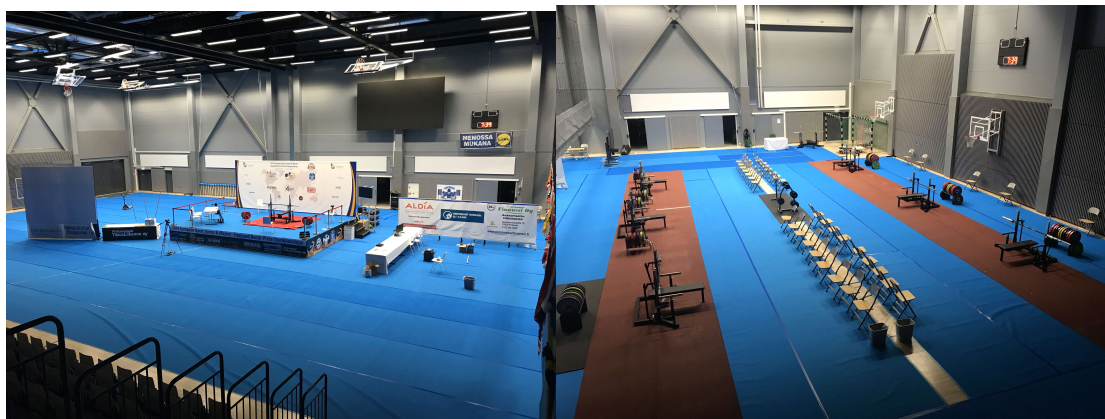
Efter aftensmaden gik Bo og Vibeke hjem, mens jeg gik ned til teknisk møde der blev afholdt på det lokale stadion, kun 5 minutters gang væk. Mødet var forholdsvis hurtigt klaret, det tog ca. en halv time og bød ikke på nogen overraskelser. Derefter var der en kort gåtur hjem til hotellet i det dejlig kølige og klare finske vejr.

Første stævndag:

Vi bor desværre ikke i nærheden af stævnestedet, der ligger lidt uden for byen. Således måtte vi pænt stå tidligt op og være klar, da bussen kørte til stævnestedet klokken 7:15. Dette var naturligvis rigeligt tidligt til dagens første indvejning der først skulle starte klokken 9. Og det var egentlig rigeligt tidligt til alt vedr. stævnet. For stævnestedet var stadig lukket og slukket da vi ankom. Heldigvis gik der kun et minuts tid før hal-mutter kom susende på cyklen og fik låst op os.

Da vi kom ind kunne vi se et sted hvor stort set alt stod klar. Således kunne vi læne os tilbage følge med i at de sidste detaljer kom på plads.

Det er fine forhold vi løfter under: Der er helt nyt ER-stativer, stænger og skiver. Så der er bestemt ikke noget at klage over.



Udstyrskontrollen startede tidligt, så Vibeke kunne få godkendt hendes udstyr i god tid inden indvejningen begyndte. Der var dog heller ikke nogen grund til panik her, for Vibeke vejede ind på kun 45,7kg. Så der havde nok været plads til en lille burger aftenen forinden :-)

Opvarmningen gik fint, omend vi måtte trække den lidt, da løfteriet inde på platformen ikke gik så hurtigt. Vibeke var nomineret med 15 kg mere end hendes eneste konkurrent, Katja fra Finland, så vi regnede med at Vibeke kunne få lov til at køre sit eget løb mht. valg af vægte. Sidste opvarmningsvægt endte med at blive på 65 kg, det samme som startvægten, da vi havde riglig med tid. Løftet var en smule ustabilt, men styrken var ok. Katja valgte at starte på 50 kg, så det var fint i forhold til vores strategi. Katja klarede hendes første løft inden Vibeke gik ind til hendes startvægt. Stangen kom lidt for langt ned på maven, så selve presset blev lidt hårdere end nødvendigt. Men alle tre dommere var glade for hvad de så. Dermed lagde Vibeke sig komfortabelt i front. Konkurrenten valgte at øge med 5 kg til 55kg i andet forsøg, hvilket indikerede at der ikke ville blive kamp om førstepladsen. Vi valgte ligeledes at øge med 5 kg til 70 kg.

Andet løft kom, ligesom det første, en lille smule for langt ned på maven. Men denne gang blev det lidt for tungt, så spotterne måtte tage vægten. Heldigvis missede konkurrenten også hendes andet løft, og valgte at blive på vægten til tredje løft, så der blev ikke skabt nogen nervøsitet vedr. den endelige placering.

Der blev givet en lille pep talk og lidt tekniske dessinger inden Vibeke blev sendt ind på 70 kg igen. Enten var løfteriet åbenbart blevet lidt for kedeligt for udløfteren eller så havde han taget sig en lille blunder, ihvertfald var det nødvendigt at kalde på ham et par gange inden han trådte op og fik givet et udløft. Bestemt ikke det bedste udgangspunkt for et tungt løft. Men stangen kom fint ud på strakte arme. Og den blev fint sænket til brystet, men denne gang var det tydeligt at den var for tung på dagen.

Kg-mæssigt var dette bestemt ikke tilfredsstillende for Vibeke der for halvanden måned siden løftede 75 kg. Men det er trods alt placeringen der var hovedfokus og der fik hun lige nøjagtigt det hun kom efter, nemlig en guldmedalje. Så placeringsmæssigt kan vi ikke klage over førstedagen.



En lidt usædvanlig ting er at stævnet idag er blevet afviklet uden musik, hvilket vidst nok var med vilje. Men det blev et større problem for arrangøren, da de ikke kunne få gang i musikken til den første medaljeceremoni. Der blev til gengæld improviseret til den store guldmedalje. Den første vinder var en finne. Så stævnespeakeren greb mikrofonen og sang istedet den finske nationalsang. Sådant skulle det gøres. Den næste finder kom fra Frankrig og hun fulgte bare trop. Der stod en god håndfuld franskmænd på scenen, udover hende der vandt. Og som alle franskmænd, så kunne de naturligvis Marseillaisen, så pludselig stod der et kor og sang nationalsangen. Inden der kom gang i teknikken nåede russerne også lige at vise at de kunne deres sang, men derfra kørte et hele lidt mere planmæssigt.

Det var dagens sportslige rapportage. Imorgen Skal Bo på platformen og se om hans kan løfte sig til en medalje.

Anden stævndag:

Da Bo først skulle veje ind klokken 14 havde vi en stille formidag, hvor vi ikke behøvede at stå frygteligt tidligt op, og vi kunne gøre som vi havde lyst til. Lidt over klokken 13 tog vi fra hotellet og over til stævnestedet. Som vanligt startede udstyrskontrollen tidligt, så udstyret var godkendt i god tid inden indvejningen startede. Indvejningen voldte ingen problemer, da vægten kun sagde 91,84kg -hvilket dog stadig er et par kg mere end Bos seneste stævne for tre uger siden. Det blev også kommenteret at trøjen nu sad lidt bedre -God mad kan løse mange problemer, nu kunne vi så håbe at dette også kunne omsættes til flere kg på stangen.

Ovarmningen gik fint, omend det endte med at der var frygtelig lang tid mellem sidste opvarmningsløft og første løft på platformen. Men ekstra opvarmningsløft blev afslået da, da vi lige var "inde i en god stime" -og løfterne så da også meget lette ud ind til videre. Første løft: 205kg var valgt til første løft. Denne vægt ville placere Bo på en komfortabel tredjplads, med 15 kg ned til nærmeste konkurrent og 20 kg op til andenpaldsen. Da stangen blev meldt klar stormede Bo scenen i vanlige stil. Stangen kom fint ud, nedtagningen var fin og stangen fløj hurtigt fra brystet. Men så skete der noget usædvanligt. Stangen stoppede før lockout. Der gik et halvt sekundt, så strakte Bo armene lidt mere og stangen stoppede igen. Yderligere et sekund og så blev armene igen strakt lidt mere og endelig forbarmede dommeren sig og gav racksignalet. Desværre var dommerne ikke tilfredse, armene var ikke blevet låst helt.

Bo var selvsagt ikke tilfreds med løftet og var lidt forundret over hvad der sket. Vi meldte samme vægt igen. Bos nærmeste konkurrent nedefra, svenske Lars Hoglander havde klaret hans 190 kg og havde bedt om 200 kg til andet forsøg. Det blev snakket lidt teknik og givet et par opmuntrende ord inden stangen nok engang blev meldt klar til Bo. Igen farede Bo ind til stangen i et tempo der kun meget sjældent ses blandt styrkeløftere. Og igen blev stangen løftet fint ud, den kom fint til brystet, pressignalet blev givet og stangen blev denne gang trykket hele vejen. Dommerne var enige om at denne gang så det bedre ud, og de 205 kg blev nu godkendt. Svenskeren fejlede hans 200 kg. De kom kun 5-10 cm fra brystet og det så ikke ud som om at han havde styrken til at få dem. Så vi begyndte at kigge mod andenpladsen. Finnen Petteri Laurikainen havde fået 225kg i første forsøg og skulle nu ind på 232,5 kg. At lave 232,5 var ikke så sandsynligt for Bo, så vi håbede at han ville misse, og bad derfor om 225 kg til tredje og sidste forsøg. Heldigvis missede finnen, så håbet om en andenplads levede endnu. Svenskeren ændredenu hans tredje forsøg til 207,5 kg for at slå Bo. Vi mente dog ikke at han ville have styrken til at kunne løfte dette. Heldigvis for os gjorde lodtræningsnumrene og de andre løfteres valg af vægte at hans skulle ind 2 løftere før Bo. Vi havde således god tid til at sænke vægten på Bos tredjeforsøg, såfremt han skulle få den. Heldigvis for os missede svenskeren også denne vægt, så nu kunne der bare kigges fremad mod andenpladsen. Der blev trukket en smule mere i trøjen inden stangen en sidste gang blev meldt klar til Bo. Stangen blev meldt klar og heldigvis var den tekniske kontrollant hurtig på fødderne, så han nåede lige at flytte sig i tide inden Bo for sidste gang kom stormende ind på scenen som et andet lyntog. Desværre blev Bo lidt for ivrig med vægten (hjulpet på vej at den ekstra strammerøje) og stangen landede lidt for langt nede på maven, hvilket resulterede i en ikke-optimal bane opad. Derfor kom stange desværre heller ikke ret langt inden han måtte give fortabt og lade spotterne tage vægten. Selvom det kun blev til ét godkendt løft, så er det jo alligevel placeringen der tæller til sådan et stævne. Og den kan vi ikke klage over. Vi gik ind med forhåbning om tredjepladsen og det blev det også til. Så endnu en medalje til den danske delegation.



Status på Mastersdelen af EM bænkpres er to løftere, to medaljer og ét mesterskab. Det er godt gået.

Imorgen bliver en travl dag, hvor både Maj, Pernille, Annette og Maria skal på platformen. Alle fire er i samme indvejningsgruppe, men heldigvis er de fordelt over tre løftegrupper.

Jacob