

EM klassisk styrkeløft 2024 i Velika Gorica, Kroatia



Sara Ellegaard Andreasen og Mathilde Østergaard i -57 kg-klassen var de første danskene i aksjon under årets EM klassisk. I squat startet Sara med 125 og 132,5 kg godkjent, før 135 ble underkjent. Mathilde fikk med 132,5-140-145 kg og ny dansk rekord. I bænkpres løftet Mathilde 75 og 80 kg godkjent, mens 82,5 kg ble underkjent. Sara var en av medaljekandidatene i bænkpres, men skulle få det tøft etter at løfteren fra Georgia hadde fått godkjent 102,5 kg i B-gruppen. Sara åpnet lett med 95 kg, før 100 kg i 2. forsøk garanterte minimum en sølvmedalje. Også dette ble løftet lett, og 102,5 kg bestilt til 3. runde. Sara løftet 102,5 kg i bænkpres til gull i øvelsen og ny dansk og personlig rekord. I dødløft fikk både Mathilde og Sara godkjent alle tre forsøk. Mathilde løftet 155-165-175 kg til ny personlig rekord i dødløft og totalen, der de mektige 400 kg også var VM-krav. Sara løftet 167,5-177,5-182,5 kg til ny dansk og personlig rekord i både dødløft og sammenlagt (417,5 kg). Sara endte som nr. 8 og Mathilde som nr. 16.



Neste løfter var Mads Pedersen i -83 kg-klassen. Mads hadde slitt med bicepsen etter 3. dødløft under EM i desember, men var tilbake i form. I squat fikk han godkjent 240-255-262,5 kg og ny personlig rekord. I bænkpres løftet Mads 177,5-187,5-192,5 kg godkjent, som holdt til en sterk sølvmedalje i disiplinen, bak Owen Hubbard. Mads avsluttet stevnet med 270 og 287,5 kg godkjent i dødløft, før frykten ble for stor på 297,5 kg. Sammenlagt ble det ny personlig rekord med 742,5 kg og en solid 7. plass.



Torsdag skulle Daniel Emil Ussing (-93 kg) og Martine Jørgensen (-63 kg) konkurrere. Daniel startet godt med tre godkjente squat på 255-265-270 kg og ny personlig rekord. I bænkpres fikk han også tre godkjente løft med 162,5-172,5-177,5 kg og ny personlig rekord. Dødløft startet sterkt med 285 og 302,5 kg godkjent, før 315 kg dessverre ble underkjent 2-1. Totalt 750 kg som var ny personlig rekord og 12. plass.

Martine Jørgensen åpnet på 152,5 kg i squat, som dessverre ble underkjent 3-0 på dybde. Andre forsøk på samme vekt ble godkjent 3-0, før også 160 kg ble underkjent på dybde. Kjedelig start, men Martine var klar for å kjempe videre. I bænkpres fikk hun godkjent 95 og 100 kg til ny personlig rekord og flott milepæl, mens 102,5 kg ble for tungt denne gang. 160 og 170 kg kom lett opp i dødløft, før grepet sviktet på forsøk på ny personlig rekord med 180 kg. Totalt 422,5 kg og 9. plass.

Nanna Malmgaard (-69 kg) og Jesper Vogelius (-105 kg) skulle i aksjon fredag. Nanna var akkurat tilbake i form etter en lang sykdomsperiode, mens Jesper hadde sin internasjonale seniordebut. Squat startet flott for Nanna med 150-157,5-162,5 kg alle godkjent til 5 kg personlig rekord. I bænkpres ble 90 og 95 kg godkjent, før 97,5 kg ble for tungt på dagen. Både 182,5, 192,5 og 200

kg fløy opp i dødløft, men grepet sviktet dessverre akkurat i det Nanna fikk down-signal på 200. Et glimrende forsøk på mektige 200 kg – neste gang sitter denne og mer. Totalt ble det 450 kg og 13. plass.

Jesper Vogelius begynte bunnsolid med 277,5-290-297,5 kg godkjent i squat, med overskudd. I første bænkpres presset han før pressignalet, og fikk derfor underkjent 185 kg. Løftet var lett, og vi valgte en konservativ høyning til 190 kg, som Jesper fikk godkjent 3-0. I 3. bænkpres ble 197,5 kg også løftet fint godkjent. I dødløft var Jesper i storform, og fikk godkjent alle tre forsøk på 292,5-312,5-320 kg og ny personlig rekord. Også i totalen ble det solid personlig rekord med 815 kg, som gav en 9. plass.

I -76 kg-klassen var Danmark representert ved Maja Bonde og Rebekka Rømer Andersen. Rebekka fikk en god start i squat med 152,5 og 162,5 kg godkjent, før 167,5 kg ble underkjent 2-1 på dybde. Maja startet med 170 kg underkjent på dybde, før hun korrigerste fint og fikk både 175 kg 182,5 kg godkjent til ny dansk og personlig rekord. I bænkpres fikk både Maja og Rebekka godkjent alle sine forsøk – Maja med 95-100-102,5 kg og ny personlig rekord, Rebekka med 97,5-102,5-107,5 kg. I dødløft åpnet Rebekka lett med 175 og 187,5 kg godkjent, før hun akkurat feilet 200 kg. Neste gang! Maja fikk godkjent 185 og 200 kg til ny dansk og personlig rekord i totalen, før 207,5 kg ble for tungt på dagen. Sammenlagt ble Maja nr. 8 og Rebekka nr. 15.

Jens Peter Smalbro var tilbake etter en skade i hamstringen. I squat fikk han med alle tre forsøk med 285-305-315 kg, der 315 var en ordentlig grind. I bænkpres ble 170 og 180 kg løftet lett, mens 187,5 ikke ville med denne gang. Også i dødløft startet Jens Peter lett – med 310 kg. Denne fløy opp og vi gikk på 330 kg i 2. forsøk. Dette ble løftet godkjent, men Jens Peter kunne kjenne det litt i hamstringen, og vi valgte å stå over siste forsøk, da det ikke var mye å vinne. Totalt ble det 825 kg og 11. plass.

Søndag hadde vi tre løftere i aksjon i samme session – Katja Jørgensen og Anna Kronborg Haar i -84 kg-klassen, og Martin Simonsen i 120+. Katja of the Caribbean startet shaky med 172,5 kg, før 180 kg også kom opp, dog noe tung. Siste squat med 182,5 kg var dagens klart beste. En fin start med tre godkjente løft, selv om Katja gjerne skulle ønske flere kilo på stangen. Anna løftet 170-177,5-182,5 kg godkjent, og fikk arbeide godt med sitt 3. forsøk. I bænkpres løftet Anna 95-100-102,5 kg til ny personlig rekord. Katja løftet 102,5-107,5-110 kg alle godkjent. Anna fortsatte med kun godkjente løft i dødløft, og fikk med 175-185-192,5 kg. Dette holdt til 477,5 kg sammenlagt som var solid ny personlig rekord og 7. plass. I tillegg var det 9/9 i andre EM (konkurranse) på rad – en flott prestasjon! Katja justerte opp åpningsløftet til 207,5 kg for å kunne styre bronsekampen i dødløft, og gikk på 222,5 kg i 2. forsøk – både for å gå forbi konkurrentenes åpningsløft i totalen, og for å forhåpentlig sikre medalje i dødløft. Begge løft ble godkjent, og konkurrentene om bronzen feilet sine siste forsøk. Bronsen i dødløft var sikret, og vi valgte å gå på 232,5 kg for bronse i totalen. Katja gjorde et hederlig forsøk, men stangen stoppen dessverre like før knærne. Sammenlagt ble det 515 kg og en 5. plass.



Sist, men ikke minst: Martin Simonsen kom også for å beholde 9/9-streaken fra EM i Estland i desember. Han startet som alltid lett med 305 kg i squat, før 320 kg ble løftet til ny personlig rekord. I siste forsøk løftet Martin 327,5 kg godkjent, men dette var faktisk et sliteløft. Ny dansk og personlig rekord. 4. plass i squat var en god start, men Martin var ikke mett. I bænkpres hadde vi meldt inn 217,5 kg som åpningsløft for å ikke vise hånden til konkurrentene – og endret til 222,5 kg like før fristen. Martin løftet selvfølgelig dette med overskudd, før han også løftet 232,5 kg i 2. forsøk. Sølv i bænkpres var sikret da vi skulle velge 3. forsøk, og vi ville prøve 242,5 kg for en foreløpig gullmedalje. Martin løftet igjen overbevisende til ny dansk og personlig rekord. Dessverre fikk løfteren fra Georgia godkjent 247,5 kg 2-1, og det ble derfor sølv til Martin. I dødløft fikk han med 270-285-300 kg, som også her var ny personlig rekord. Totalt ble det 4. plass med 870 kg, som var ny dansk og selvfølgelig personlig rekord.

I dameklassen ble Danmark nr. 10 i nasjonskonkurransen med 18 poeng, mens herrene ble nr. 11 med 15 poeng.

Takk til landsholdet for nydelig stemning og representasjon hele uken, og til Jonas Møll og Christian Amdi for strålende coaching. Våre viktige menn Klaus Brostrøm og Jørgen Rasmussen gjorde det også godt i jury og til EPF General Assembly.

