

EM bænkpres 5.-11. august 2024 i Istanbul, Tyrkiet



Torsdag 8. august skulle alle klassiske seniorløftere i aksjon. For Danmark var Mads Pedersen, Martin Madsen, Kathrine Forsberg og Sofie Bengtson representert.

Martin hadde sin internasjonale debut, mens Mads har konkurrert ved flere EM og VM i styrkeløft og bænkpres. 83 kg-klassen framstod tøff på papiret, der en 5. plass sannsynligvis var den beste plasseringen våre menn kunne kjempe om. Martin startet lett med 180 kg, som ble godkjent 2-1, men deretter underkjent av jury på dybde. Mads startet med 182,5 kg som ble godkjent. Martin økte til 185 kg som ble løftet like lett, men dessverre underkjent 2-1 på dybde. Mads løftet så 190 kg overbevisende godkjent i 2. forsøk. Det var knyttet stor spenning til Martins siste forsøk, men heldigvis fikk han 185 kg godkjent denne gang. Styrken var det ikke noe å klage på, men dybden må tilfredsstillende dommerne i større grad neste gang. For Mads valgte vi 195 kg for å potensielt forbedre plasseringen og ta det nye VM-kravet. For å ha en liten mulighet på medalje skulle vi på

minimum 202,5 kg, som vi vurderte som usannsynlig (både egen styrke og at flere konkurrenter ville feile deres siste forsøk). Mads løftet også godkjent 195 kg, men skulle jobbe litt mer for dette løftet. Kanskje var det til 197,5 kg på dagen – og forhåpentligvis ved neste anledning. Mads endte på 5. plass og Martin på 7. plass.

Kathrine og Sofie løftet i neste session, med Kathrine i -69 og Sofie i -76. Kathrine kom fra medalje ved VM og skulle være med å kjempe om de gjeveste plasseringene. Hun startet med 112,5 kg som ble godkjent, og dermed ledelse etter 1. runde. Sofie skulle åpne på 107,5 kg, og fikk løftet lett godkjent. Når løftet er ferdig blir det påpekt fra IPF-presidenten i publikum at stangen er feillastet med 1,25 kg for lite på siden mot jurybordet. Da Sofie ikke var første løfter på 107,5 kg og skiveholderne på plattformen ikke har plass til de små vektskiver (så en kan se hvilke skiver som ikke er på stangen), var dette vanskelig å oppdage. Vi valgte å akseptere 105 kg som godkjent vekt i stedet for å få et omløft for å spare energi. Om resultatet ble 105 kg eller 107,5 kg ville ikke ha betydning for konkurransen. Kathrine går på 117,5 kg i 2. forsøk for å beholde ledelsen i konkurransen, men feiler dessverre på vei opp. Flere andre konkurrenter får også underkjent i 2. runde, og Kathrine ligger på 2. plass før siste forsøk. Sofie prøver 112,5 kg for å gå forbi en av svenskenes 1. forsøk og sette press på konkurrentene, men vekten kommer dessverre akkurat ikke opp. I 3. runde går Kathrine sist inn på plattformen med 117,5 kg – der et godkjent løft vil bety gull og tittelen som europamester. Denne gang svarer det mye bedre, og Kathrine presser 117,5 overbevisende godkjent til GULL og nasjonalsang. For Sofie ender det dessverre ikke like godt, der 112,5 kg viser seg for tungt på dagen. Dette holder til 4. plass. Klassen er preget av mange underkjente løft, der tyskeren får underkjent lette 112,5 kg to ganger på dybde og den ene svensken først får et godkjent løft i 3. runde. I ettertid skulle vi gjerne gått på 110 kg, men vurderingen var at medaljene ville gå på minimum 115-120 kg, med 112,5 kg i 2. forsøk som vår beste mulighet for å være med i kampen.

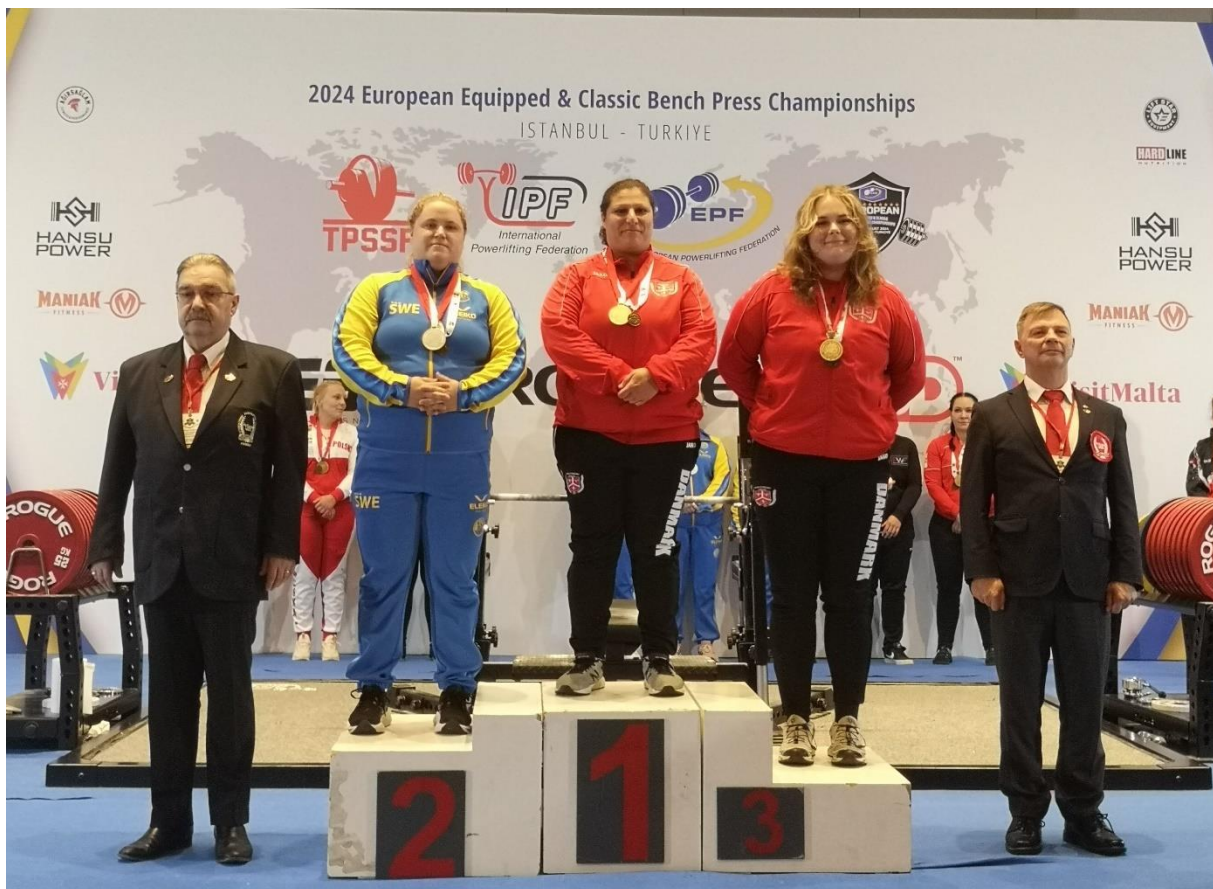




Fredag 9. august er våre to mastersløftere Hans Thyssing og Allan Fuglsang i aksjon. Begge herrer har funnet en ensom vektklasse og er sikret europamesterskapet i M4 med et godkjent løft. Hans veier inn i -83 kg og løfter uten skjorte. Han åpner sikkert på 80 kg godkjent, før 90 kg også blir godkjent. I siste forsøk blir 97,5 kg dessverre akkurat for tungt. Allan smyer seg inn i 120 kg-klassen med kroppsvekt på 105,30 kg og får godkjent alle tre forsøk med 130, 135 og 140 kg. Sterk fredag med både gode stevner og gull til Hans og Allan!

Søndag 11. august var det klart for utstyrsløfterne i åpen klasse. Første duo ut var Maria Jensen og Amalie Stok i 84+ kg-klassen. Maria har flere medaljer fra internasjonale mesterskap fra tidligere, og var klar for å revansjere 4. plassen fra VM i mai. Amalie var meget spent før sin internasjonale debut. Amalie startet fint med 140 kg godkjent 3-0 etter 5-10 sekunders pause på brystet. Maria hadde meldt 195 kg som åpning, der planen var å åpne på 195 eller 197,5. Polakken justerte sin åpning opp til 197,5 kg, med lavere kroppsvekt og startnummer enn oss. Vi valgte å øke åpning til 197,5 kg for å gå sist inn og styre forsøksvalgene, men var ikke komfortabel med 200 for garantert ledelse etter 1. runde (ved godkjent løft). Vi var heller ikke overbevist om at polakken ville få godkjent 197,5 kg eller mer med hennes historikk. Maria fikk dessverre underkjent 1. forsøk etter et uheldig avløft, dårlig eksentrisk, lang ventetid på pressignal og press i racket. Også polakken og den ene svensken fikk underkjent 1. forsøk, slik at Amalie var plassert på 2. plass bak den andre svensken med 190 kg. Amalie fikk bestilt 145 kg til 2. forsøk for tangering av PR, som bevegde seg akkurat som 140 kg. Godkjent 3-0. For Maria bestilte vi 200 kg i 2. runde for å lede over svensken på lavere kroppsvekt. Begge to får godkjent 200 kg, og stillingen

er nå 1) Maria, 2) Matilda og 3) Amalie. For Amalie handler stevnet om å prestere best mulig sammenlignet med seg selv. I 3. løft grunder hun overbevisende opp 147,5 kg 3-0 godkjent til ny PR. En fantastisk debut og erfaring å bygge videre på. Matilda har meldt 220 kg, som vi naturligvis tangerer (lavere kroppsvekt og høyere startnummer). Både polakken og den andre svensken får underkjent deres 3. forsøk. Sverige endrer Matildas forsøk til 215 kg, som hun heldigvis for Maria feiler. Maria er europamester før hennes siste forsøk, men prøver også 215 kg. Etter en suboptimal eksentrisk og touch på brystet er hun sjanseløs på vekten. Det betyr ikke så mye, for vi står igjen med gull og bronse i klassen og dagens første nasjonalsang! Maria blir også stevnets 3. beste løfter på poeng.



Også i 93 kg-klassen stiller vi med en erfaren løfter og en debutant. Mads Friche ønsker, som Maria, å revansjere en 4. plass fra VM. Martin Jensen er på jakt etter gode løft og en så høy plassering som mulig. Martin starter sikkert med 235 kg godkjent, før Mads er like overbevisende på 285 kg. Martin går på 242,5 kg i 2. forsøk, som også blir overbevisende godkjent. For Mads melder vi 297,5 kg for å gå forbi polakkens åpning på 295 kg. Polakken får underkjent 295 kg i både 1. og 2. runde, mens Mads holder ledelsen med 297,5 kg godkjent til ny PR. En ungarer går forbi Martin på kroppsvekt i 3. runde, så vi melder 245 kg for å ta tilbake 6. plassen. Det skal minimum 262,5 kg på for å klatre ytterligere en plassering, som vurderes for optimistisk. Martin får 245 kg underkjent 2-1 på rumpeløft, men jury velger å godkjenne løftet – dermed 245 kg godkjent for tangering av PR og 6. plass. Sterk og solid debut! Polakken får godkjent 297,5 kg i gullkampen og overtar med det ledelsen fra Mads på kroppsvekt. Vi vil gjerne inn på 300 kg, men en svenske som har sikret minimum bronse melder også 300 kg og har høyere startnummer enn

oss. Det vurderes som lite sannsynlig at svensken vil få 300 kg godkjent, men samtidig som at 300 eller 302,5 kg har ingen til liten betydning for Mads. Derfor velger vi å la svensken løfte først og deretter gå inn på 302,5 kg for garantert gull ved godkjent løft. Svensken feiler og en jublende Mads blåser 302,5 kg lett opp for gull, europamestertittel og ny dansk og nordisk rekord. Mads blir også stevnets 2. beste løfter på poeng.



Siste løfter ut er Jeppe Balsby i 105 kg-klassen. Jeppe starter sikkert med 245 kg overbevisende godkjent 3-0 i usedvanlig høy fart. I 2. forsøk blir det bestilt 255 kg, som Jeppe også løfter overbevisende godkjent 3-0. Før siste runde ligger Jeppe litt i ingenmannsland, med ingen som kan gå forbi ham og for langt opp til medaljene. Derfor blir det til et forsøk på 275 kg for ny PR og det nye EM-kravet. Jeppe gir vekten et godt forsøk, men det blir litt for tungt på dagen. Dermed blir resultatet 255 kg og en 5. plass. Et godt gjennomført stevne av Jeppe og de andre danske løftere.

I nasjonskonkurransen blir vi nr. 7 for damer utstyr og 8 for herrer utstyr, nr. 10 for damer klassisk og 14 for herrer klassisk.

