



KILPAILUPÖYTÄKIRJA

PääkaupunkiSeudun Seurayhtymä

www.tikkurilankajastus.fi/PSS

Kilpailu:

Klassisen voimanoston 31. Helsingin aluemestaruus

Päivämäärä:

14.10.2023

Paikka: Helsinki

Järjestäjä:

PSS

Sihteeri: lida Makkonen sivu 1/5

Sij.	Arv. nro	Sarja / ikäl.	Paino	Nimi / sv	Seuran lyhenne	Jalkakyykky			JK tulos	Penkkipunnerrus			PP tulos	Maastanosto			MN tulos	Yhteis-tulos	IPF GL pisteet	M / N
						1.	2.	3.		1.	2.	3.		1.	2.	3.				
Naiset																				
1	1	52	50,15	Kiia Lindberg /	HeTarmo	77,5	-82,5	82,5	82,5	-50,0	50,0	-52,5	50,0	105,0	115,0	-120,0	115,0	247,5	64,521	NKV
1	2	63	59,80	Emmi Räsänen /	E-IT	125,0	130,0	135,0	135,0	80,0	82,5	85,0	85,0	-135,0	135,0	140,0	140,0	360,0	81,564	NKV
2	4	63	62,45	Salla Saarinen /	OpLi	107,5	115,0	120,0	120,0	67,5	72,5	77,5	77,5	117,5	125,0	130,0	130,0	327,5	72,060	NKV
3	5	63	61,10	Vanessa De Moor /	HeTarmo	100,0	105,0	-107,5	105,0	-65,0	65,0	-70,0	65,0	130,0	140,0	145,0	145,0	315,0	70,322	NKV
4	6	63	61,30	Alisa Viljanen /	E-IT	85,0	-95,0	100,0	100,0	40,0	45,0	-50,0	45,0	95,0	102,5	105,0	105,0	250,0	55,689	NKV
ulkop	7	63	60,10	Kira Busk /	Lohjan B	105,0	-115,0	-115,0	105,0	-65,0	-65,0	-65,0	-----	-	-	-	-----	Out		NKV
1	10	69	67,10	Mette Bärling /	E-IT	95,0	102,5	107,5	107,5	65,0	67,5	-70,0	67,5	120,0	130,0	135,0	135,0	310,0	65,253	NKV
2	8	69	67,60	Maiju Mäkinen /	Team365	80,0	85,0	-90,0	85,0	50,0	52,5	55,0	55,0	107,5	115,0	-120,0	115,0	255,0	53,445	NKV
1	13	76	74,05	Pirkko Vattulainen /	E-IT	122,5	132,5	142,5	142,5	55,0	60,0	65,0	65,0	130,0	140,0	147,5	147,5	355,0	70,873	NKV
2	12	76	73,85	Paula Järvilehto /	HAK	120,0	130,0	-135,0	130,0	65,0	70,0	-75,0	70,0	132,5	142,5	150,0	150,0	350,0	69,968	NKV
3	11	76	74,75	Sanna Tuikka /	OpLi	-100,0	100,0	-110,0	100,0	65,0	70,0	75,0	75,0	140,0	150,0	162,5	162,5	337,5	67,070	NKV
1	16	84	83,15	Laura Sorsa /	E-IT	115,0	125,0	132,5	132,5	65,0	72,5	80,0	80,0	125,0	135,0	145,0	145,0	357,5	67,785	NKV

ulkop = nostaa kilpailun ulkopuolella

Sivutuomari

Veijo Räsänen

Päätuomari

Timo Rukkila

Sivutuomari

Katja Lariola

Kortin nro:

1139

Kortin nro:

6087

Kortin nro:

1311

Sivutuomari

Linda Launiainen

Kortin nro:

1435

Ennätykset:



KILPAILUPOY TAKIRJA

PääkaupunkiSeudun Seurayhtymä

www.tikkurilankajastus.fi/PSS

Kilpailu:

Päivämäärä:

Järjestäjä:

Klassisen voimanoston 31. Helsingin aluemestaruus

14.10.2023

PSS

Paikka: Helsinki

Sihteeri: Iida Makkonen sivu 2/5

Sij.	Arv. nro	Sarja / ikäl.	Paino	Nimi / sv	Seuran lyhenne	Jalkakyykky			JK tulos	Penkkipunnerrus			PP tulos	Maastanosto			MN tulos	Yhteis-tulos	IPF GL pisteet	M / N
						1.	2.	3.		1.	2.	3.		1.	2.	3.				
				Miehet																
1	18	74	70,90	Ville Vaivila /	TEAM365	135,0	145,0	150,0	150,0	90,0	100,0	102,5	102,5	165,0	185,0	-190,0	185,0	437,5	65,678	MKV
ulkop	17	74	73,90	Pekka Nykänen /	S-V	120,0	125,0	130,0	130,0	80,0	85,0	-90,0	85,0	145,0	150,0	155,0	155,0	370,0	54,358	MKV
1	19	83	82,95	Jussi Mäntylä /	E-IT	172,5	182,5	187,5	187,5	-120,0	120,0	-125,0	120,0	200,0	215,0	220,0	220,0	527,5	73,042	MKV
1	25	93	90,80	Anssi Malkamäki /	HPV	210,0	220,0	225,0	225,0	160,0	-170,0	170,0	170,0	250,0	270,0	-285,0	270,0	665,0	88,022	MKV
2	20	93	91,25	Joonas Makkonen /	TiKa	215,0	230,0	-240,0	230,0	150,0	160,0	-165,0	160,0	225,0	240,0	250,0	250,0	640,0	84,508	MKV
3	22	93	90,65	Jani Hyttinen /	HAK	210,0	220,0	230,0	230,0	120,0	125,0	130,0	130,0	210,0	225,0	240,0	240,0	600,0	79,483	MKV
4	23	93	90,70	Johannes Katajamäki /	E-VO	185,0	195,0	205,0	205,0	125,0	127,5	132,5	132,5	202,5	212,5	-222,5	212,5	550,0	72,840	MKV
5	26	93	91,25	Ely-Lamo Nzinguilo /	TiKa	170,0	-180,0	200,0	200,0	120,0	130,0	140,0	140,0	190,0	-200,0	210,0	210,0	550,0	72,624	MKV
ulkop	24	93	92,55	Aleksi Vääräniemi /	OPT	190,0	197,5	205,0	205,0	160,0	167,5	172,5	172,5	210,0	222,5	-	222,5	600,0	78,679	MKV
1	27	105	96,35	Ville Luntinen /	HeTarmo	200,0	210,0	220,0	220,0	130,0	140,0	150,0	150,0	230,0	240,0	250,0	250,0	620,0	79,730	MKV
ulkop	28	105	103,90	Toni Norrgrann	NIL	140,0	160,0	180,0	180,0	130,0	-140,0	-140,0	130,0	200,0	220,0	230,0	230,0	540,0	66,999	MKV
1	29	120	109,45	Aleksi Holmström /	HeTarmo	185,0	205,0	-212,5	205,0	125,0	132,5	135,0	135,0	230,0	-250,0	-250,0	230,0	570,0	69,041	MKV
1	30	120+	131,15	Henri Taussi	HAK	-222,5	232,5	242,5	242,5	157,5	165,0	172,5	172,5	250,0	270,0	-285,0	270,0	685,0	76,675	MKV

ulkop = nostaa kilpailun ulkopuolella

Sivutuomari
Kortin nro:
Sivutuomari
Kortin nro:

Veijo Räsänen
1139
Linda Launiainen
1435

Päätuomari
Kortin nro:

Timo Rukkila
6087

Sivutuomari
Kortin nro:

Katja Lariola
1311

Ennätykset:



JOUKKUEKILPAILUN TULOS
PääkaupunkiSeudun Seurayhtymä
www.tikkurilankajastus.fi/PSS

Kilpailu:
Päivämäärä:
Järjestäjä:

Klassisen voimanoston 31. Helsingin aluemestaruus
14.10.2023 Paikka: Helsinki
PSS Sihteeri: Iida Makkonen sivu 3/5

TiKa:n joukkue

Sij.	Arv. nro	Sarja / ikäl.	Paino	Nimi / sv	Seuran lyhenne	Jalkakyykky			JK tulos	Penkkipunnerrus			PP tulos	Maastanosto			MN tulos	Yhteis-tulos	IPF GL pisteet	M / N
						1.	2.	3.		1.	2.	3.		1.	2.	3.				
1				Joonas Makkonen /	TiKa											640,0	84,5			
1				Ely-Lamo Nzinguilo /	TiKa											550,0	72,6			

Yhteensä 157,131

HAK:n joukkue

Sij.	Arv. nro	Sarja / ikäl.	Paino	Nimi / sv	Seuran lyhenne	Jalkakyykky			JK tulos	Penkkipunnerrus			PP tulos	Maastanosto			MN tulos	Yhteis-tulos	IPF GL pisteet	M / N
						1.	2.	3.		1.	2.	3.		1.	2.	3.				
2				Jani Hyttinen /	HAK											600,0	79,5			
2				Henri Taussi	HAK											685,0	76,7			

Yhteensä 156,159

HeTarmo:n joukkue

Sij.	Arv. nro	Sarja / ikäl.	Paino	Nimi / sv	Seuran lyhenne	Jalkakyykky			JK tulos	Penkkipunnerrus			PP tulos	Maastanosto			MN tulos	Yhteis-tulos	IPF GL pisteet	M / N
						1.	2.	3.		1.	2.	3.		1.	2.	3.				
3				Ville Luntinen /	HeTarmo											620,0	79,7			
3				Alexi Holmström /	HeTarmo											570,0	69,0			

Yhteensä 148,770

HPV:n joukkue

Sij.	Arv. nro	Sarja / ikäl.	Paino	Nimi / sv	Seuran lyhenne	Jalkakyykky			JK tulos	Penkkipunnerrus			PP tulos	Maastanosto			MN tulos	Yhteis-tulos	IPF GL pisteet	M / N
						1.	2.	3.		1.	2.	3.		1.	2.	3.				
4				Anssi Malkamäki /	HPV											665,0	88,0			

Yhteensä 88,022

E-IT:n joukkue

Sivu 4/5

Sij.	Arv. nro	Sarja / ikäl.	Paino	Nimi / sv	Seuran lyhenne	Jalkakyykky			JK tulos	Penkkipunnerrus			PP tulos	Maastanosto			MN tulos	Yhteis-tulos	IPF GL pisteet	M / N
						1.	2.	3.		1.	2.	3.		1.	2.	3.				
5				Jussi Mäntylä /	E-IT												527,5	73,0		
																	Yhteensä	73,042		

E-IT:n joukkue

Sij.	Arv. nro	Sarja / ikäl.	Paino	Nimi / sv	Seuran lyhenne	Jalkakyykky			JK tulos	Penkkipunnerrus			PP tulos	Maastanosto			MN tulos	Yhteis-tulos	IPF GL pisteet	M / N
						1.	2.	3.		1.	2.	3.		1.	2.	3.				
6				Johannes Katajamäki /	E-VO												550,0	72,8		
																	Yhteensä	72,840		

TEAM365:n joukkue

Sij.	Arv. nro	Sarja / ikäl.	Paino	Nimi / sv	Seuran lyhenne	Jalkakyykky			JK tulos	Penkkipunnerrus			PP tulos	Maastanosto			MN tulos	Yhteis-tulos	IPF GL pisteet	M / N
						1.	2.	3.		1.	2.	3.		1.	2.	3.				
7				Ville Vaivila /	TEAM365												437,5	65,7		
																	Yhteensä	65,678		



NOSTAJAT PISTEJÄRJESTYKSESSÄ
PääkaupunkiSeudun Seurayhtymä
www.tikkurilankajustus.fi/PSS

Kilpailu:
Päivämäärä:
Järjestäjä:

Klassisen voimanoston 31. Helsingin aluemestaruus

14.10.2023

Paikka: Helsinki

PSS

Sihteeri: Iida Makkonen sivu 5/5

Sij.	Arv. nro	Sarja / ikäl.	Paino	Nimi / sv	Seuran lyhenne	Jalkakyykky			JK tulos	Penkkipunnerrus			PP tulos	Maastanosto			MN tulos	Yhteis-tulos	IPF GL pisteet	M / N
						1.	2.	3.		1.	2.	3.		1.	2.	3.				
Naiset																				
Helsingin	2	63	59,80	Emmi Räsänen /	E-IT	125,0	130,0	135,0	135,0	80,0	82,5	85,0	85,0	-135,0	135,0	140,0	140,0	360,0	81,564	NKV
Joukkue	4	63	62,45	Salla Saarinen /	OpLi	107,5	115,0	120,0	120,0	67,5	72,5	77,5	77,5	117,5	125,0	130,0	130,0	327,5	72,060	NKV
2024	13	76	74,05	Pirkko Vattulainen /	E-IT	122,5	132,5	142,5	142,5	55,0	60,0	65,0	65,0	130,0	140,0	147,5	147,5	355,0	70,873	NKV
2	5	63	61,10	Vanessa De Moor /	HeTarmo	100,0	105,0	-107,5	105,0	-65,0	65,0	-70,0	65,0	130,0	140,0	145,0	145,0	315,0	70,322	NKV
2	12	76	73,85	Paula Järvilehto /	HAK	120,0	130,0	-135,0	130,0	65,0	70,0	-75,0	70,0	132,5	142,5	150,0	150,0	350,0	69,968	NKV
1	16	84	83,15	Laura Sorsa /	E-IT	115,0	125,0	132,5	132,5	65,0	72,5	80,0	80,0	125,0	135,0	145,0	145,0	357,5	67,785	NKV
3	11	76	74,75	Sanna Tuikka /	OpLi	-100,0	100,0	-110,0	100,0	65,0	70,0	75,0	75,0	140,0	150,0	162,5	162,5	337,5	67,070	NKV
1	10	69	67,10	Mette Bärling /	E-IT	95,0	102,5	107,5	107,5	65,0	67,5	-70,0	67,5	120,0	130,0	135,0	135,0	310,0	65,253	NKV
1	1	52	50,15	Kiia Lindberg /	HeTarmo	77,5	-82,5	82,5	82,5	-50,0	50,0	-52,5	50,0	105,0	115,0	-120,0	115,0	247,5	64,521	NKV
3	6	63	61,30	Alisa Viljanen /	E-IT	85,0	-95,0	100,0	100,0	40,0	45,0	-50,0	45,0	95,0	102,5	105,0	105,0	250,0	55,689	NKV
2	8	69	67,60	Maiju Mäkinen /	Team365	80,0	85,0	-90,0	85,0	50,0	52,5	55,0	55,0	107,5	115,0	-120,0	115,0	255,0	53,445	NKV

Miehet																				
Helsingin	25	93	90,80	Anssi Malkamäki /	HPV	210,0	220,0	225,0	225,0	160,0	-170,0	170,0	170,0	250,0	270,0	-285,0	270,0	665,0	88,022	MKV
Joukkue	20	93	91,25	Joonas Makkonen /	TiKa	215,0	230,0	-240,0	230,0	150,0	160,0	-165,0	160,0	225,0	240,0	250,0	250,0	640,0	84,508	MKV
2024	27	105	96,35	Ville Luntinen /	HeTarmo	200,0	210,0	220,0	220,0	130,0	140,0	150,0	150,0	230,0	240,0	250,0	250,0	620,0	79,730	MKV
3	22	93	90,65	Jani Hyttinen /	HAK	210,0	220,0	230,0	230,0	120,0	125,0	130,0	130,0	210,0	225,0	240,0	240,0	600,0	79,483	MKV
1	30	120+	131,15	Henri Taussi	HAK	-222,5	232,5	242,5	242,5	157,5	165,0	172,5	172,5	250,0	270,0	-285,0	270,0	685,0	76,675	MKV
1	19	83	82,95	Jussi Mäntylä /	E-IT	172,5	182,5	187,5	187,5	-120,0	120,0	-125,0	120,0	200,0	215,0	220,0	220,0	527,5	73,042	MKV
4	23	93	90,70	Johannes Katajamäki /	E-VO	185,0	195,0	205,0	205,0	125,0	127,5	132,5	132,5	202,5	212,5	-222,5	212,5	550,0	72,840	MKV
5	26	93	91,25	Ely-Lamo Nzinguilo /	TiKa	170,0	-180,0	200,0	200,0	120,0	130,0	140,0	140,0	190,0	-200,0	210,0	210,0	550,0	72,624	MKV
1	29	120	109,45	Alexi Holmström /	HeTarmo	185,0	205,0	-212,5	205,0	125,0	132,5	135,0	135,0	230,0	-250,0	-250,0	230,0	570,0	69,041	MKV
1	18	74	70,90	Ville Vaivila /	TEAM365	135,0	145,0	150,0	150,0	90,0	100,0	102,5	102,5	165,0	185,0	-190,0	185,0	437,5	65,678	MKV