

**EASTSIDE IRON TRIBE ennätykset**

Nimi ( lifter )	Sarja/ikäluokka	Synt.	Paino	Tulos	Pvm.	Paikka
-----------------	-----------------	-------	-------	-------	------	--------

**KYYKKY ( squat ) klassinen**

Emmi Räsänen	63kg	99	62,95	135kg	29.10.2020	Helsinki
Kiara Akshaya	63N18	06	58,37kg	85kg	13.5.2023	Pornainen
Emmi Räsänen	63N23	99	62,32kg	135kg	18.6.2022	Helsinki
Liisa Tiensuu-Hirvonen	63N60	60	61,32kg	67,5kg	19.11.2022	Oulu
Liisa Tiensuu-Hirvonen	63N70	60	60,37kg	82,5kg	13.5.2023	Pornainen
Tiina Uotila	69N50	70	66,16kg	97,5kg	13.5.2023	Pornainen
Vilja Kajanti	72kg	83	70,65kg	125kg	26.5.2018	Helsinki
Mimi Cajander	84kg	81	79,10kg	127,5kg	10.10.2020	Helsinki
Mimi Cajander	84N40	81	79,35kg	80kg	18.6.2022	Helsinki
Tomi Koskinen	83kg	91	82,25	180kg	20.2.2018	Kokkola
Raimo Ovaska	83/M50	60	80.51kg	160kg	19.3.2016	Äänekoski
Tomi Koskinen	93kg	91	88,7kg	170kg	10.6.2017	Helsinki
Matti Hamarila	105kg	79	97,25kg	180kg	26.5.2018	Helsinki

**KYYKKY ( squat ) varuste**

Antti Orava	105/M40	77	98,45	265kg	11.2.2023	Hämeenlinna
Kaj Wasenius	105/M50	72	103,94kg	240kg	11.2.2023	Hämeenlinna

**PENKKI ( bench ) klassinen**

Susanna Hottinen	57kg	89	63,63kg	85kg	25.9.2021	Tammela
Emmi Räsänen	63kg	99	62,95kg	92,5kg	29.10.2020	Helsinki
Kiara Akshaya	63N18	06	58,37kg	60kg	13.5.2023	Pornainen
Emmi Räsänen	63N23	99	62,35kg	95kg	7.5.2022	Loppi
Tiina Uotila	63N40	72	61,50kg	60kg	25.10.2020	Pornainen
Sanna Oksanen	63N50	71	62,89kg	72,5kg	24.2.2023	Tammisaari
Liisa Tiensuu-Hirvonen	63N60	60	61,32kg	55kg	19.11.2022	Oulu
Liisa Tiensuu-Hirvonen	63N70	60	60,68kg	50,5kg	13.5.2023	Pornainen
Tiina Uotila	69N50	72	64,50kg	67,5kg	2.8.2022	Budapest
Vilja Kajanti	72kg	83	70,65kg	75kg	26.5.2018	Helsinki
Mimi Cajander	84kg	81	79,10kg	87,5kg	10.10.2020	Helsinki
Susanna Luoma	72N40	80	70,14kg	85kg	22.2.2020	Salo
Mimi Cajander	84N40	81	79,35kg	80kg	18.6.2022	Helsinki
Marko Santala	74M50	65	72,6kg	65kg	4.5.2019	Lohja
Lasse Arkela	83kg	78	81,80kg	150kg	4.1.2020	Helsinki
Lasse Arkela	83M40	78	82,58kg	147,5kg	25.2.2023	Tammisaari
Raimo Ovaska	83M50	60	80.51kg	112.5kg	19.3.2016	Äänekoski
Petteri Laurikainen	93kg	69	91,00kg	160kg	29.9.2019	Pornainen
Lasse Arkela	93M40	78	86,55kg	155kg	6.5.2023	Kokkola
Petteri Laurikainen	93M50	69	92,0kg	152,2kg	10.10.2020	Helsinki
Vesa Ohvo	105kg	79	95,65kg	157,5kg	7.5.2016	Helsinki
Ari Ukskoski	105M40	76	100,4kg	130kg	22.2.2019	Sotkamo
Kaj Wasenius	105M50	72	104,32kg	137,5kg	24.2.2023	Tammisaari
Timo Rukkila	120kg	72	113,72kg	160kg	25.2.2018	Tammela
Timo Rukkila	120M40	72	116,47kg	167,5kg	25.9.2021	Tammela
Timo Rukkila	120M50	72	115,58kg	160kg	25.2.2020	Oulu

**PENKKI ( bench ) varuste**

Lasse Arkela	83kg	78	82,62kg	180kg	29.9.2019	Pornainen
Lasse Arkela	83M40	78	82,22kg	182,5kg	7.12.2019	Pornainen
Risto Hirvonen	83M50	61	82,0kg	130kg	7.2.2016	Ylitornio
Petteri Laurikainen	93M40	69	91,51kg	235kg	7.2.2016	Ylitornio
Petteri Laurikainen	93M50	69	92,41kg	241,5kg	25.10.2020	Pornainen
Petteri Laurikainen	105kg	69	97,63kg	237,5kg	11.12.2021	Tampere
Antti Orava	105M40	77	98,85kg	185kg	18.6.2022	Helsinki
Petteri Laurikainen	105M50	69	97,49kg	242,5kg	11.12.2021	Tampere
Timo Rukkila	120kg	72	108,5kg	197,5kg	22.1.2017	Loppi
Timo Rukkila	120M40	72	109,25kg	212,5kg	28.10.2017	Rauma
Timo Rukkila	120M50	72	118,73kg	215kg	5.11.2022	Pornainen

**MAKSIMIVOIMA**

Ina Valtola	84kg	87	77,45kg	65kg	4.5.2019	Lohja
-------------	------	----	---------	------	----------	-------

**TOISTOPUNNERRUS**

Ina Valtola	80kg	87	77,45kg	15x52,5kg	4.5.2019	Lohja
-------------	------	----	---------	-----------	----------	-------

**MAASTANOSTO ( deadlift ) klassinen**

Emmi Räsänen	63kg	99	62,95kg	155kg	20.10.2022	Helsinki
Kiara Akshaya	63N18	06	58,37kg	137,5kg	13.5.2023	Pornainen
Emmi Räsänen	63N23	99	62,55kg	147,5kg	18.6.2022	Helsinki
Liisa Tiensuu-Hirvonen	63N60	60	61,32kg	120kg	19.11.2022	Oulu
Liisa Tiensuu-Hirvonen	63N70	60	61,32kg	113kg	13.5.2023	Pornainen
Vilja Kajanti	72kg	83	70,65kg	152,5kg	26.5.2018	Helsinki
Tiina Uotila	69N50	70	66,16kg	122,5kg	13.5.2023	Pornainen
Mimi Cajander	84kg	81	79,10kg	155kg	10.10.2020	Helsinki
Mimi Cajander	84N40	81	79,35kg	90kg	18.6.2022	Helsinki
Tomi Koskinen	83kg	91	82,25kg	215kg	20.2.2018	Kokkola
Raimo Ovaska	83M50	60	80,51kg	217,5kg	19.3.2016	Äänekoski
Tomi Koskinen	93kg	91	88,7kg	227,5kg	10.6.2017	Helsinki
Matti Hamarila	105kg	79	97,25kg	220kg	26.5.2018	Helsinki

**MAASTAVETO ( deadlift ) varuste**

Antti Orava	105M40	77	100,68kg	250kg	13.2.2022	Hämeenlinna
Kaj Wasenius	105M50	72	103,94kg	275kg	11.2.2023	Hämeenlinna

**YHTEISTULOS ( total ) klassinen**

Emmi Räsänen	63kg	99	62,95	377,5	29.10.2022	Helsinki
Kiara Akshaya	63N18	06	58,37kg	282,5kgkg	13.5.2023	Pornainen
Emmi Räsänen	63N23	99	62,55kg	375kg	18.6.2022	Helsinki
Liisa Tiensuu-Hirvonen	63N60	60	61,32kg	242,5kg	19.11.2022	Oulu
Liisa Tiensuu-Hirvonen	63N70	60	61,32kg	246kg	13.5.2023	Pornainen
Tiina Uotila	69N50	70	66,16kg	287,5kgkg	13.5.2023	Pornainen
Vilja Kajanti	72kg	83	70,65kg	352,5kg	26.5.2018	Helsinki
Mimi Cajander	84kg	81	79,10kg	370kg	10.10.2020	Helsinki
Mimi Cajander	84N40	81	79,35kg	250kg	18.6.2022	Helsinki
Tomi Koskinen	83kg	91	82,25kg	505kg	20.2.2018	Kokkola
Tomi Koskinen	93kg	91	88,7kg	522,5kg	10.6.2017	Helsinki
Matti Hamarila	105kg	79	97,25kg	540kg	26.5.2018	Helsinki
Raimo Ovaska	83M50	60	80,51kg	490kg	19.3.2016	Äänekoski

**YHTEISTULOS varuste**

Antti Orava	105M40	77	98,45kg	690kg	11.2.2023	Hämeenlinna
Kaj Wasenius	105M50	72	103,94kg	710kg	11.2.2023	Hämeenlinna

**LEAUANVETO**

Marko Salminen	100kg		94,6kg	33 toistoa	11.3.2019	Espoo
Marko Salminen	110kg		102,7kg	29 toistoa	31.10.2020	Hyvinkää