

## METAL X-MAS BENCH DEADLIFT PRO FINNISH NATIONALS

BENCH

13.12.2008

RESULTS WOMEN									
num	name	countr	class	weight	bench press			points	
1	Tarja Rantanen	FIN	90	89,9	142,5	142,5	150	131,02	M 50-54

RESULTS MEN									
num	name	countr	class	weight	bench press			points	
1	Kari Kalliola	FIN	SHW	163,4	370	387,5	387,5	189,99	o
2	Rami Haaparanta	FIN	100	99,2	290	290	307,5	169,16	o
3	Jaani Vilen	FIN	125	125	310	322,5	322,5	169,07	o
4	Pauli Rantanen	FIN	100	100	260	270	280	162,76	o
5	Pasi Karjalainen	FIN	125	113,5	290	290	300	161,81	o
6	Lasse Mikkonen	FIN	110	106,4	250	265	275	156,23	o
7	Timo Majuri	EST	125	114,5	270	270	280	155,89	o
8	Kalle Ylitalo	FIN	125	124	280	280	285	155,78	o
9	Andrus Moroz	EST	110	102	240	240	260	149,94	o
10	Miikka Heikkinen	FIN	125	123,5	255	270	280	147,74	o
11	Marko Kemppainen	FIN	100	97	242,5	250	250	147,27	o
12	Pekka Ketola	FIN	100	98,2	172,5	180	190	142,36	M 55-59
13	Marko Traks	EST	140	138,5	255	255	260	135,77	J
14	Ilpo Liikala	FIN	90	87,7	190	200	200	124,18	o
15	Joonas Haapasaari	FIN	125	109,5	200	220	220	123,9	J
16	Hannu Kaukola	FIN	90	88	170	180	190	117,74	J
17	Miska Kulju	FIN	100	96,7	190	200	200	112,09	J
18	Jari Juuti	FIN	100	97,3	190	200	200	111,77	J
19	Aleksi Nokelainen	FIN	100	97,9	180	200	210	105,6	J
20	Oskari Lehtinen	FIN	100	95,2	160	165	170	98,06	J
21	Nicky Norris	FIN	82,5	77,6	140	145	150	97,41	o
	Miika Ruuskanen	FIN	140	126,5	230	235			J
	Tero Martikainen	FIN	125	117,4	220	220	220		J
	Anrey Shaskov	EST	140	138,3	280	280			J
	Janne Oikarinen	FIN	100	93,4	200	200	200		J
	Timo Niemi	FIN	SHW	155,1	300	300	300		o
	Janne Lehto	FIN	125	110,7	232,5	232,5	232,5		o
	Samu Huupponen	FIN	140	131,3	250	257,5	257,5		o
	Juha Miettinen	FIN	100	98,9	235	235	235		o
	Rami Eerikäinen	FIN	100	96,9	220	220	220		o
	Jarno Laine	FIN	90	89	200	200	200		o
	Akulauri Laine	FIN	90	83,4	210	210	210		J

## METAL X-MAS BENCH DEADLIFT PRO FINNISH NATIONALS

## DEADLIFT

RESULTS									
num	name	countr	class	weight	deadlift			points	
1	Rauno Heinila	EST	125	110,2	340	360	375	202,39	o
2	Harri Hiissa	FIN	110	108,3	315	325		197,95	M 45-49
3	Miikka Heikkinen	FIN	125	123,5	325	342,5	350	191,52	o
4	Kari Pöntinen	FIN	110	107,5	320	335	342,5	189,71	o
5	Lasse Mikkonen	FIN	110	106,4	320	330	340	187,47	o
6	Pauli Rantanen	FIN	100	100	310	320		180,2	o
7	Meelis Pungits	EST	125	121,7	310	325	332,5	178,49	o
8	Pekka Ketola	FIN	100	98,2	210	220	225	177,95	M 55-59
9	Ilpo Liikala	FIN	90	87,7	280	292,5	292,5	173,85	o
10	Juha Miettinen	FIN	100	98,9	290	300	300	169,37	o
11	Jaani Vilen	FIN	125	125	300	330	330	163,62	o
12	Matias Mällönen	FIN	125	112	270	285	300	159,53	J
13	Marko Kemppainen	FIN	100	97	260	280		153,17	o
14	Jari Juuti	FIN	100	97,3	250	260	260	152,95	o
15	Nicky Norris	FIN	82,5	77,5	220	230	230	147,93	J
16	Samu Huupponen	FIN	140	131,3	240	260	280	140,15	o
17	Oskari Lehtinen	FIN	100	95,2	210	220	227,5	135,2	J
18	Joonas Haapasaari	FIN	110	109,5	220	230	240	135,17	J
19	Aleksi Nokelainen	FIN	100	97,9	200	220	230	134,93	J
20	Iiro Jaakkola	FIN	125	112,9	230	250	260	128,49	J
	Miika Ruuskanen	FIN	140	126,5	280	280			J
	Janne Palmunen	FIN	125	123	280	280	280		o