SPH Gym Hjulmagervej 28A 9000 Aalborg sph-gym@sportshojskolen.dk www.sph-gym.dk



Samlet resultat for 2014

6 sølv 8 guld 3 bronze

2014 STYRKE discipliner

Resultat oversigt Foreningen Sportshøjskolen

AALBORG SPORTSHØJSKOLE

VM i bænkpres og Western European Champinship

			Squat	Bænkpres	Dødløft	Samlet
3	63 kg. klassen	Maj Rames ♂	147,5 kg. (VM)	-	-	
3	72 kg. klassen	Yvonne Wamnes ♂	115 kg. (VM)	-	-	
2		Jesper Mikkelsen ♀	340 kg. (WEC)	230 kg.	312,5 kg.	882,5 kg.

DM A

			Squat	Bænkpres	Dødløft	Samlet
1	72 kg. klassen	Annette Pedersen ♂	110 kg.	97,5 kg.	170 kg.	377,5 kg.
1	120 kg. klassen	Mathias Kristiansen ♀	347,5 kg.	290 kg.	290 kg.	882,5 kg.
2	120 kg. klassen	Jesper B Mikkelsen ♀	310 kg.	232,5 kg.	305 kg.	847,5 kg.

DM RAW (*incl. udstyr)

			Squat	Bænkpres	Dødløft	Samlet
1	72 kg. klassen	Annette Pedersen ♂	125 kg.	102,5 kg.	190 kg.	417,5 kg.
2	83 kg. klassen	Nicki Lentz ♀	245 kg.	142,5 kg.	255 kg.	642,5 kg.
2	93 kg. klassen	Kristian Lyng ♀	185 kg.	100 kg.	215 kg.	500 kg. JUNIOR RÆKKEN

DM Bænkpres

1	84 kg. klassen	Kathrine Kristensen ♂	127 kg.
1	83 kg. klassen	Mads Friche ♀	212,5 kg.
2	93 kg. klassen	Timmy Waxfældt ♀	210 kg.
1	120 kg. klassen	Jakob Thrane Mainz ♀	245 kg. JUNIOR RÆKKEN
1	63 kg. klassen	Erika M Andersen ♂	100 kg. JUNIOR RÆKKEN
3	83 kg. klassen	Kasper Odsbjerg ♀	167,5 kg.
1	105 kg. klassen	Rasmus Hammer ♀	227,5 kg.

Ligafinale, hold

2 Nicki Lentz, Squat
Timmy Wexfeldt, Bænkpres
Jesper Mikkelsen, dødløft

SPH Gym Hjulmagervej 28A 9000 Aalborg sph-gym@sportshojskolen.dk www.sph-gym.dk



Samlet resultat for 2013

5 sølv 13 guld 3 bronze

2013 STYRKE discipliner

Resultat oversigt Foreningen Sportshøjskolen

AALBORG SPORTSHØJSKOLE

EM og Western European Championship

			Squat	Bænkpres	Dødløft	Samlet	
1	72 kg. klassen	Annette Pedersen ♂	215 kg.	122,5 kg.	207,5 kg.	545 kg.	(EM)
1	84 kg. klassen	Kathrine Kristensen ♂	210 kg.	102,5 kg	165 kg.	477,5 kg.	(WEC)
1	120 kg. klassen	Mathias Kristiansen ♀	340 kg.	242,5 kg.	312,5 kg.	895 kg.	(WEC)

DM A

			Squat	Bænkpres	Dødløft	Samlet
1	72 kg. klassen	Annette Pedersen ♂	200 kg.	117,5kg.	200 kg.	517,5 kg.
1	84 kg. klassen	Kathrine Kristensen ♂	215 kg.	95 kg.	165 kg.	475 kg.
1	120 kg. klassen	Mathias Kristiansen ♀	325 kg.	252,5 kg.	317,5 kg.	895 kg.
2	120 kg. klassen	Jesper B Mikkelsen ♀	325 kg.	235 kg.	300 kg.	860 kg.
2	120+ kg. klassen	Carsten Jørgensen ♀	265 kg.	205 kg.	225 kg.	695 kg.

DM RAW (*incl. udstyr)

			Squat	Bænkpres	Dødløft	Samlet
1	93 kg. klassen	Niklas Lausten ♀	197,5 kg.	110 kg.	250 kg.	557,5 kg.
3	93 kg. klassen	Jonas Bjerre ♀	145 kg.	140 kg.	210 kg.	495 kg.
3	105 kg. klassen	Mick T Kristiansen ♀	205 kg.	135 kg.	210 kg.	550 kg.
1	120+ kg. klassen	Daniel Holland ♀	190 kg.	177,5 kg.	255 kg.	622,5 kg.

DM Bænkpres

1	63 kg. klassen	Maj B Rames ♂	125 kg.
1	63 kg. klassen	Erika M Andersen ♂	87,5 kg. JUNIOR RÆKKEN
1	84 kg. klassen	Line L Nielsen ♂	102,5 kg.
2	83 kg. klassen	Mads Friche ♀	200 kg.
2	105 kg. klassen	Rasmus Hammer ♀	200 kg. JUNIOR RÆKKEN
3	120 kg. klassen	Mathias Kristiansen ♀	250 kg.
1	84 kg. klassen	Kathrine Kristensen ♂	110,5 kg.
1	72 kg. klassen	Yvonne Wamnes ♂	100 kg. JUNIOR RÆKKEN

Ligafinale, hold

2 Kathrine Kristensen, Squat
Mathias Kristensen, Bænkpres
Jesper B Mikkelsen, dødløft

SPH Gym Hjulmagervej 28A 9000 Aalborg sph-gym@sportshojskolen.dk www.sph-gym.dk



Samlet resultat for 2012

4 sølv 13 guld 6 bronze

2012 STYRKE discipliner

Resultat oversigt Foreningen Sportshøjskolen

AALBORG SPORTSHØJSKOLE

VM og VM i bænkpres

				Squat	Bænkpres	Dødløft	Samlet	
1	63 kg. klassen	Maj Rames	♂	-	137,5 kg.	-	-	(VM bænkpres)
3	75 kg. klassen	Annette Pedersen	♂					(VM bænkpres)
3	105 kg. klassen	Mathias Kristiansen	♀	327,5 kg.	220 kg.	290 kg.	837,5 kg.	(VM)

DM A

				Squat	Bænkpres	Dødløft	Samlet
1	47 kg. klassen	Mia Tovgaard	♂	115 kg.	62,5kg.	130 kg.	307,5 kg.
1	84 kg. klassen	Kathrine Kristensen	♂	175kg.	105 kg.	155 kg.	435 kg.
1	83 kg. klassen	Kasper Egebo	♀	275 kg.	165 kg.	280 kg.	720 kg.
1	93 kg. klassen	Henrik S Nielsen	♀	340 kg.	200 kg.	270 kg.	810 kg.
2	105 kg. klassen	Mathias Kristiansen	♀	310 kg.	227,5 kg.	300 kg.	837,5 kg.
3	105 kg. klassen	Johannes W Andersen	♀	265 kg.	142,5 kg.	265 kg.	672,5 kg.
2	120 kg. klassen	Klaus WJ Bak	♀	305 kg.	245 kg.	300 kg.	850 kg.
2	120+ klassen	Carsten Jørgensen	♀	265 kg.	190 kg.	237,5 kg.	692,5 kg.

DM Bænkpres

1	54 kg. klassen	Anna Lynge	♂	135 kg.
1	63 kg. klassen	Erika M Andersen	♂	80 kg. JUNIOR RÆKKEN
1	72 kg. klassen	Annette Pedersen	♂	95 kg.
1	84 kg. klassen	Kathrine Kristensen	♂	97,5 kg.
1	83 kg. klassen	Timmy Waxfældt	♀	185 kg. JUNIOR RÆKKEN
3	83 kg. klassen	Mads Friche	♀	175 kg.
3	93 kg. klassen	Marko Hansen	♀	165 kg.
3	93 kg. klassen	Rasmus Hammer	♀	162,5 kg. JUNIOR RÆKKEN
1	120 kg. klassen	Mathias Kristiansen	♂	230 kg.
1	120 kg. klassen	Jesper B Mikkelsen	♂	222,5 kg. JUNIOR RÆKKEN
2	120 kg+ klassen	Carsten Jørgensen	♂	205 kg.

Ligafinale, hold

1 Mathias Christiansen, Squat
Anna Lynge, Bænkpres
Jesper Mikkelsen, dødløft

SPH Gym Hjulmagervej 28A 9000 Aalborg sph-gym@sportshojskolen.dk www.sph-gym.dk



Samlet resultat for 2011

2 sølv 13 guld 2 bronze

2011 STYRKE discipliner

Resultat oversigt Foreningen Sportshøjskolen

AALBORG SPORTSHØJSKOLE

VM i bænkpres

				Squat	Bænkpres	Dødløft	Samlet	
1	63 kg. klassen	Maj Rames	JUNIOR RÆKKEN ♂	-	120 kg.	-	-	(VM bænkpres)

DM A

				Squat	Bænkpres	Dødløft	Samlet
1	47 kg. klassen	Mia Tovgaard	♂	127,5 kg.	65 kg.	135 kg.	324,5 kg.
1	72 kg. klassen	Annette Pedersen	♂	202,5 kg.	125 kg.	195 kg.	707,5 kg.
1	84 kg. klassen	Kathrine Kristensen	♂	152,5 kg.	75 kg.	135 kg.	362,5 kg.
1	83 kg. klassen	Kasper Egebo	♀	260 kg.	180 kg.	267,5 kg.	895 kg.
2	93 kg. klassen	Kim Petersen Hjordt	♀	75 kg.	75 kg.	75 kg.	225 kg.
1	105 kg. klassen	Mathias Kristiansen	♀	320 kg.	220 kg.	310 kg.	850 kg.

DM Bænkpres

1	63 kg. klassen	Maj B Rames	♂	120 kg.
1	72 kg. klassen	Annette Pedersen	♂	115 kg.
1	84 kg. klassen	Kathrine Kristensen	♂	92,5 kg.
1	66 kg. klassen	Mads Friche	♀	127,5 kg.
1	83 kg. klassen	Timmy Waxfældt	♀	180 kg. JUNIOR RÆKKEN
2	93 kg. klassen	Mick T Kristiansen	♀	122,5 kg JUNIOR RÆKKEN
3	105 kg. klassen	Johannes W Andersen	♀	145 kg. JUNIOR RÆKKEN
1	120 kg. klassen	Daniel Hovelsø	♀	202,5 kg. JUNIOR RÆKKEN
3	120 kg. klassen	Jesper B Mikkelsen	♀	192,5 kg. JUNIOR RÆKKEN

Ligafinale, hold

1 Mathias Kristensen, Squat
Maj B. Rame, Bænkpres
Annette Pedersen, dødløft

SPH Gym Hjulmagervej 28A 9000 Aalborg sph-gym@sportshojskolen.dk www.sph-gym.dk



Samlet resultat for 2010

0 sølv	10 guld	1 bronze
2	1	3

2010 STYRKE discipliner

Resultat oversigt Foreningen Sportshøjskolen

AALBORG SPORTSHØJSKOLE

VM i bænkpres og Western European Championship

			Squat	Bænkpres	Dødløft	Samlet	
1	60 kg. klassen	Maj Rames JUNIOR RÆKKEN ♂	-	115 kg.	-	-	(VM bænkpres)
1	75 kg. klassen	Annette Pedersen ♂	205 kg.	125 kg.	205 kg.	535 kg.	(WEC)

DM A

			Squat	Bænkpres	Dødløft	Samlet
1	75 kg. klassen	Annette Pedersen ♂	195 kg.	130 kg.	205 kg.	530 kg.
1	67,5 kg. klassen	Frank Mikkelsen ♀	180 kg.	100 kg.	175 kg.	455 kg.
1	90 kg. klassen	Henrik S Nielsen ♀	317,5 kg.	200 kg.	282,5 kg.	800 kg.
1	100 kg. klassen	Mathias Kristiansen ♀	312,5 kg.	207,5 kg.	292,5 kg.	812,5 kg.
1	110 kg. klassen	Klaus WJ Bak ♀	280 kg.	222,5 kg.	285 kg.	787,5 kg.
3	110 kg. klassen	Jesper B Mikkelsen ♀	275 kg.	150 kg.	285 kg.	710 kg.

DM Bænkpres

1	67,5 kg. klassen	Maj B Rames ♂	120 kg.
1	72 kg. klassen	Johannes W Andersen ♀	125 kg. JUNIOR RÆKKEN
1	84 kg. klassen	Steffen Fisker ♀	180 kg. JUNIOR RÆKKEN