

Regionsrekorder

M4 – Åpen Herrer

Siste rekord: 26.11.23

Klasse	Navn	Klubb	Dato	Resultat
KNEBØY				
59	Tarjei Grønås	IL Kraftsport	26.11.23	206,0
66	Hans Erik Folkeseth	Halden SI	09.12.16	262,5
74	Kjell Egil Olborg Bakkeland	Oslo SK	15.11.22	332,5
83	Kjell Egil Bakkeland	Oslo SK	09.05.14	355,0
93	Ludvik Moen	Brumunddal AK	26.11.23	350,5
105	Joachim Lindseth	Oslo SK	31.08.13	370,0
120	Jørgen A. Hansen	Oslo SK	09.05.15	405,0
+120	Martin B. Rønning	Christiania AK	14.11.15	405,0
BENKPRESS				
59	Tarjei Grønås	IL Kraftsport	26.11.23	155,5
66	Hans Erik Folkestad	Halden SI	01.06.16	160,0
74	Kjell Egil Olborg Bakkeland	Oslo SK	06.05.22	235,0
83	Kjell Egil Bakkeland	Oslo SK	09.05.14	261,0
93	Henrik Hagen	Oslo SK	23.11.19	270,5
105	Erik Fredriksen	Brumunddal AK	02.06.17	282,5
120	Pål Guddal	Askim SK	12.07.14	280,0
+120	Martin B. Rønning	Christiania AK	14.11.15	352,5
MARKLØFT				
59	Tarjei Grønås	IL Kraftsport	26.11.23	216,0
66	Hans Erik Folkeseth	Halden SI	13.12.15	292,5
74	Kjell Egil Olborg Bakkeland	Oslo SK	09.11.21	315,0
83	Kjell Egil Bakkeland	Oslo SK	08.11.13	337,5
93	Joachim Lindseth	Oslo SK	15.09.17	329,5
105	Joel Immanuel Vikesland	Brumunddal AK	26.06.22	353,0
120	Carl Petter Sommerseth	Oslo SK	12.11.21	365,0
+120	Martin B. Rønning	Oslo SK	31.05.14	342,5
SAMMENLAGT				
59	Tarjei Grønås	IL Kraftsport	26.11.23	577,5
66	Hans Erik Folkeseth	Halden SI	13.12.15	700,0
74	Kjell Egil Olborg Bakkeland	Oslo SK	06.05.22	875,0
83	Kjell Egil Bakkeland	Oslo SK	08.11.13	942,5
93	Nicolai Slettnes	Brumunddal AK	31.05.19	909,0
105	Joachim Lindseth	Oslo SK	10.04.15	945,0
120	Jørgen A. Hansen	Oslo SK	03.11.12	1012,5
+120	Martin B. Rønning	Oslo SK	31.05.14	1077,5
BENKPRESS ENKELTLØFT				
59	Tarjei Grønås	IL Kraftsport	26.11.23	155,5
66	Hans Erik Folkeseth	Halden SI	01.06.16	160,0
74	Kjell Egil Olborg Bakkeland	Oslo SK	06.05.22	235,0
83	Kjell Egil Bakkeland	Oslo SK	09.05.14	261,0
93	Henrik Hagen	Oslo SK	23.11.19	270,5
105	Erik Fredriksen	Brumunddal AK	24.03.18	285,0
120	Olav Kompelien	Brumunddal AK	24.05.17	302,5
+120	Martin B. Rønning	Christiania AK	14.11.15	352,5