

Klasse	Navn	Klubb	Dato	Resultat
KNEBØY				
59	Eilif Ellefsen	Lenja AK	18.11.16	105,0
66	Jan Roytvand	OPIL	24.09.13	240,0
74	Bjørn Astad	Oslo SK	31.05.13	247,5
83	Tormod Andersen	Lenja AK	18.11.16	282,0
93	Christer Dehlin	Oslo SK	02.02.13	205,0
105	Paal Solberg	IL Kraftsport	11.07.14	255,0
120	Pål Guddal	Askim SK	12.07.14	320,0
+120	Alexander Nilsson	Askim SK	26.11.17	350,0
BENKPRESS				
59	Eilif Ellefsen	Lenja AK	18.11.16	95,0
66	Jan Roytvand	OPIL	16.11.12	140,5
74	Bjørn Astad	Oslo SK	03.06.11	147,5
83	Stig Frøhoel	Askim SK	20.04.11	200,0
93	Morten Wang	Frogner AK	12.02.11	155,0
105	Ronny Olaisen	IL Kraftsport	14.09.13	260,0
120	Pål Guddal	Askim SK	12.07.14	280,0
+120	Alexander Nilsson	Askim SK	26.11.17	285,0
MARKLØFT				
59	Eilif Ellefsen	Lenja AK	18.11.16	150,0
66	Jan Roytvand	OPIL	25.09.14	222,5
74	Hoang Van Nguyen	Askim SK	22.11.13	225,0
83	Tormod Andersen	Lenja AK	07.12.12	290,0
93	Christer Dehlin	Oslo SK	02.02.13	225,0
105	Bjørn Andreas Bull-Hansen	Halden SI	16.11.12	300,5
120	Lars Dalby Markussen	Halden SI	04.02.18	305,0
+120	Alexander Nilsson	Askim SK	19.11.15	300,0
SAMMENLAGT				
59	Eilif Ellefsen	Lenja AK	18.11.16	350,0
66	Jan Roytvand	OPIL	03.06.11	590,0
74	Bjørn Astad	Oslo SK	31.05.13	605,0
83	Tormod Andersen	Lenja AK	23.10.15	680,0
93	Christer Dehlin	Oslo SK	02.02.13	577,5
105	Bjørn Andreas Bull-Hansen	Halden SI	12.02.12	727,5
120	Pål Guddal	Askim SK	12.07.14	880,0
+120	Alexander Nilsson	Askim SK	26.11.17	927,5
BENKPRESS ENKELTLØFT				
59	Jan Erik Christiansen	Halden SI	24.03.12	117,5
66	Jan Roytvand	OPIL	16.11.12	140,5
74	Bjørn Astad	Oslo SK	03.06.11	147,5
83	Bjarne Synstad	Lørenskog AK	08.02.14	217,5
93	Bjørn Roar Bjerke	Askim SK	20.03.13	215,0
105	Ronny Olaisen	IL Kraftsport	20.02.16	275,0
120	Olav Kompelien	Brumunddal AK	24.05.17	302,5
+120	Alexander Nilsson	Askim SK	24.03.19	300,0