



# Østlandet Vektløfterregion

Regionsranking for Østlandet Vektløfterregion 2019  
Ranking ført siden 01.11.2018

Oppdatert 15.05.2019

## Ungdom kvinner

	<i>Navn</i>	<i>Klubb</i>	<i>Dato</i>	<i>Poengsum</i>
1	Loisia Hjelmås	Gjøvik AK	03.05.2019	96.13
2	Hermine Bjørkvold	Gjøvik AK	03.05.2019	91.67
3	Hermine Bjørkevoll	Gjøvik AK	22.02.2019	91.36
4	Hanne Synnøve Totland	Gjøvik AK	03.05.2019	87.36
5	June Hansen	Gjøvik AK	03.05.2019	86.6
6	Louisa Hjelmås	Gjøvik AK	21.03.2019	86.14
7	Lousia Hjelmås	Gjøvik AK	22.02.2019	84.53
8	Iben Karete Karlsen	Gjøvik AK	21.03.2019	77.18
9	Dalia Hawdeany	Gjøvik AK	30.01.2019	71.48
10	Mille Aurora Karlsen	Gjøvik AK	22.02.2019	67.46
11	Oda Solbakken Bøe	Gjøvik AK	30.01.2019	65.4

## Junior kvinner

	<i>Navn</i>	<i>Klubb</i>	<i>Dato</i>	<i>Poengsum</i>
1	Maren Fikse	Gjøvik AK	03.03.2019	208.74
2	Charlotte Martinsen	Oslo AK	13.03.2019	117.41
3	Loisia Hjelmås	Gjøvik AK	03.05.2019	96.13
4	Hermine Bjørkvold	Gjøvik AK	03.05.2019	91.67
5	Hermine Bjørkevoll	Gjøvik AK	22.02.2019	91.36
6	Hanne Synnøve Totland	Gjøvik AK	03.05.2019	87.36
7	June Hansen	Gjøvik AK	03.05.2019	86.6
8	Louisa Hjelmås	Gjøvik AK	21.03.2019	86.14
9	Lousia Hjelmås	Gjøvik AK	22.02.2019	84.53
10	Iben Karete Karlsen	Gjøvik AK	21.03.2019	77.18
11	Dalia Hawdeany	Gjøvik AK	30.01.2019	71.48
12	Mille Aurora Karlsen	Gjøvik AK	22.02.2019	67.46
13	Oda Solbakken Bøe	Gjøvik AK	30.01.2019	65.4

## Senior kvinner

	<i>Navn</i>	<i>Klubb</i>	<i>Dato</i>	<i>Poengsum</i>
1	Marie Mossige Grythe	Spydeberg Atletene	23.02.2019	227.03
2	Melissa Schanche	Spydeberg Atletene	27.01.2019	226.17
3	Lena Richter	Spydeberg Atletene	02.03.2019	223.35
4	Maren Fikse	Gjøvik AK	03.03.2019	208.74
5	Ragnhild Haug Lillegård	Oslo AK	02.03.2019	203.99
6	Sanna Uppling	Spydeberg Atletene	02.03.2019	202.56
7	Marie Haakstad	Spydeberg Atletene	02.03.2019	194.97

8	Ragnhild Seim	Spydeberg Atletene	30.03.2019	193.49
9	Celine Mariell Bertheussen	Spydeberg Atletene	30.03.2019	189.71
10	Helene Vabø Thorsen	Spydeberg Atletene	02.03.2019	188.95
11	Kaya Synnøve Kristiansen	Spydeberg Atletene	02.03.2019	187.47
12	Kine Krøs	Spydeberg Atletene	26.01.2019	184.99
13	Mari Myhrer	Gjøvik AK	02.03.2019	184.36
14	Julie Kristine Brotangen	Gjøvik AK	03.03.2019	181.3
15	Rebecca Tiffin	Oslo AK	03.03.2019	178.27
16	Nina Humlevik Monsen	Spydeberg Atletene	12.04.2019	177.09
17	Lisbet Lervik	Lørenskog AK	03.03.2019	176.6
18	Sara D Jacobsen	Elverum AK	02.03.2019	176.41
19	Camilla Simonsen Brustad	Spydeberg Atletene	02.03.2019	172.56
20	Linda Kolbekken	Gjøvik AK	03.05.2019	163.04
21	Elise Sandhaug	T & IL National	09.03.2019	162.91
22	Camilla N Nysted	Elverum AK	14.04.2019	161.87
23	Camilla Reboli Kløvstad	Spydeberg Atletene	03.03.2019	159.84
24	Camilla Pedersen	Christiania AK	26.01.2019	154.81
25	Synnøve Antonsen	Spydeberg Atletene	30.03.2019	149.4
26	Iren Neståker Aastad	Gjøvik AK	03.05.2019	149.27
27	Karoline Merli	Spydeberg Atletene	30.03.2019	148.15
28	Katharina Uthus	Spydeberg Atletene	28.04.2019	144.76
29	Hanna Jørstad	Spydeberg Atletene	28.04.2019	144.08
30	Madeleine Olaussen	Lørenskog AK	26.04.2019	137.29
31	Ann-Kristin Skinlo	Spydeberg Atletene	13.04.2019	136.95
32	Evelina Galaibo	Oslo AK	13.03.2019	119.22
33	Alicia Gill	Elverum AK	16.02.2019	118.97
34	Charlotte Martinsen	Oslo AK	13.03.2019	117.41
35	Sara Persson	Lørenskog AK	02.04.2019	117.29
36	Hilde Næss	Lørenskog AK	26.04.2019	116.75
37	Iva Rosi	Oslo AK	27.01.2019	116.08
38	Linda Grøtåsen	Lørenskog AK	16.02.2019	111.63
39	Silje Syversen	Elverum AK	14.04.2019	111.39
40	Hege Grønland	Elverum AK	16.02.2019	98.96
41	Ane Frogner Risan	Spydeberg Atletene	29.03.2019	98.32
42	Eva Grøndahl Lundberg	Spydeberg Atletene	13.04.2019	96.27
43	Loisia Hjelmås	Gjøvik AK	03.05.2019	96.13
44	Hermine Bjørkvold	Gjøvik AK	03.05.2019	91.67
45	Hermine Bjørkevoll	Gjøvik AK	22.02.2019	91.36
46	Jeanette Gulliksrud	Oslo AK	13.03.2019	89.65
47	Aurora Foss	Spydeberg Atletene	29.03.2019	88.86
48	Hanne Synnøve Totland	Gjøvik AK	03.05.2019	87.36
49	June Hansen	Gjøvik AK	03.05.2019	86.6
50	Louisa Hjelmås	Gjøvik AK	21.03.2019	86.14

51	Lousia Hjelmås	Gjøvik AK	22.02.2019	84.53
52	Iben Karete Karlsen	Gjøvik AK	21.03.2019	77.18
53	Dalia Hawdeany	Gjøvik AK	30.01.2019	71.48
54	Mille Aurora Karlsen	Gjøvik AK	22.02.2019	67.46
55	Oda Solbakken Bøe	Gjøvik AK	30.01.2019	65.4

## Ungdom menn

	<i>Navn</i>	<i>Klubb</i>	<i>Dato</i>	<i>Poengsum</i>
1	Kristian Holm	Gjøvik AK	03.05.2019	160.4
2	Eirik Nilsen	Spydeberg Atletene	28.04.2019	140.99
3	Emil Sveum	Gjøvik AK	03.05.2019	138.61
4	Samuel Rafteseth	Gjøvik AK	03.05.2019	114.01
5	Jonas Nordeng	Gjøvik AK	22.02.2019	107.47
6	Brede Overhalden	Gjøvik AK	22.02.2019	103.04
7	Elias Strand Olsen	Gjøvik AK	03.05.2019	86.95
8	Elias Strand Olsen	Gjøvik AK	22.02.2019	82.7
9	Fredrik Opsahl	Gjøvik AK	22.02.2019	81.66
10	Kasper Coldevin	Gjøvik AK	22.02.2019	78.99

## Junior menn

	<i>Navn</i>	<i>Klubb</i>	<i>Dato</i>	<i>Poengsum</i>
1	Fabian Kyndi Felle	Lenja AK	27.04.2019	220.2
2	John Vidar Lund	T & IL National	26.01.2019	211.5
3	Sondre Jacob Bratli	Elverum AK	27.04.2019	203.6
4	Victor Løkkevik	Gjøvik AK	03.05.2019	184.81
5	Kristian Holm	Gjøvik AK	03.05.2019	160.4
6	Sondre G Kløvfjell	Lenja AK	30.03.2019	153.91
7	Sverre Jensen	T & IL National	25.02.2019	153.25
8	Eirik Nilsen	Spydeberg Atletene	28.04.2019	140.99
9	Emil Sveum	Gjøvik AK	03.05.2019	138.61
10	Samuel Rafteseth	Gjøvik AK	03.05.2019	114.01
11	Jonas Nordeng	Gjøvik AK	22.02.2019	107.47
12	Brede Overhalden	Gjøvik AK	22.02.2019	103.04
13	Jostein Johannessen	Lenja AK	30.03.2019	89.77
14	Elias Strand Olsen	Gjøvik AK	03.05.2019	86.95
15	Elias Strand Olsen	Gjøvik AK	22.02.2019	82.7
16	Fredrik Opsahl	Gjøvik AK	22.02.2019	81.66
17	Kasper Coldevin	Gjøvik AK	22.02.2019	78.99

## Senior menn

	<i>Navn</i>	<i>Klubb</i>	<i>Dato</i>	<i>Poengsum</i>
1	Daniel Roness Strand	Spydeberg Atletene	02.03.2019	363.15
2	Tomas Fjeldberg	Spydeberg Atletene	27.01.2019	325.38
3	Eirik Mølmschaug	Lørenskog AK	27.01.2019	315.81
4	Leik Simon Aas	T & IL National	03.03.2019	310.66
5	Tor Kristoffer Klethagen	Gjøvik AK	03.03.2019	304.3
6	Reza Benorouz	Spydeberg Atletene	02.03.2019	303.89
7	Jørgen Kjellevand	Spydeberg Atletene	03.03.2019	300.67
8	Eirik Mølmschuag	Lørenskog AK	02.04.2019	299.76
9	Fredrik Kvist Gyllensten	Christiania AK	02.03.2019	293.44
10	Bjørn Emil Evensen	Gjøvik AK	02.03.2019	290.08
11	Sjur Djupedal	Lørenskog AK	03.03.2019	289.41
12	Eivind Kleven Hagen	Oslo AK	02.03.2019	288.48
13	Lars Joachim Nilsen	T & IL National	27.01.2019	286.67
14	Hemen Palani	Lørenskog AK	02.03.2019	285.09
15	Michael Rosenberg	Elverum AK	02.03.2019	282.1
16	Petters Jonas Nord	Christiania AK	27.01.2019	281.19
17	Mauricio Kjeldner	Spydeberg Atletene	02.03.2019	277.67
18	Kenneth Friberg	Oslo AK	26.01.2019	273.51
19	Richard Minge	T & IL National	02.03.2019	269.44
20	Simen L Tajet	Oslo AK	02.03.2019	268.99
21	Andreas Hidle	Lørenskog AK	02.04.2019	267.04
22	John Anders Terland	T & IL National	27.03.2019	266.56
23	Alexander Hauff	Spydeberg Atletene	09.02.2019	264.65
24	Alexander Bahmanyar	Spydeberg Atletene	09.02.2019	256.7
25	Jonas Grønstad	Spydeberg Atletene	28.04.2019	256.65
26	Åsmund Rykhus	Gjøvik AK	27.01.2019	256.34
27	Christian Lysenstøen	Spydeberg Atletene	26.01.2019	254.57
28	Thomas Lilleborgen	T & IL National	12.01.2019	254.02
29	Trygve Stenrud Nilsen	Oslo AK	02.03.2019	247.83
30	Johnny Stokke	Lørenskog AK	27.01.2019	247.66
31	Bjørnar Wold	Spydeberg Atletene	27.01.2019	247.17
32	Geir Johansen	T & IL National	12.01.2019	245.09
33	Marius Haave	Lørenskog AK	03.03.2019	244.41
34	Steinar Aas	T & IL National	25.02.2019	242.29
35	Hans-Robert Høgbrenna Krefting	Spydeberg Atletene	27.01.2019	240.49
36	Tom-Erik Lysenstøen	Spydeberg Atletene	27.01.2019	238.58
37	Bent Furevik	Lørenskog AK	26.04.2019	233.96
38	Ole Henrik Holte	Lørenskog AK	02.04.2019	233.03
39	Geir Hestmann	Oslo AK	04.05.2019	232.76
40	Lars-Thomas Grønlien	Oslo AK	26.01.2019	228.31
41	Lars Thomas Grønlien	Oslo AK	04.05.2019	227.9

42	Emil Martinovic	Elverum AK	14.04.2019	223.08
43	Krister Thonerud	Spydeberg Atletene	28.04.2019	222.37
44	Hans Magnus Kleven	Spydeberg Atletene	08.02.2019	220.8
45	Fabian Kyndi Felle	Lenja AK	27.04.2019	220.2
46	Robert Grønland	Elverum AK	04.05.2019	219.77
47	Erlend Kraggerud	Spydeberg Atletene	28.04.2019	218.55
48	Hans-Magnus Kleven	Spydeberg Atletene	28.04.2019	216.85
49	Arnfinn Kopperud	IL Kraftsport	04.05.2019	216.51
50	Andreas Nordmo Skauen	Oslo AK	26.01.2019	212.89
51	Dag Aleksander Klethagen	Gjøvik AK	26.04.2019	212.21
52	John Vidar Lund	T & IL National	26.01.2019	211.5
53	Rune Johansen	Lenja AK	04.05.2019	208.17
54	Sondre Jacob Bratli	Elverum AK	27.04.2019	203.6
55	Kristoffer Solheimsnes	Gjøvik AK	27.01.2019	201.21
56	Ole Martin Aas	T & IL National	09.03.2019	193.67
57	Victor Løkkevik	Gjøvik AK	03.05.2019	184.81
58	Fariwar Hajipouri	T & IL National	27.03.2019	180.48
59	Johan Thonerud	Spydeberg Atletene	23.02.2019	179.1
60	Erik Høglie	Gjøvik AK	21.03.2019	177.51
61	Per Berger Olsen	T & IL National	25.02.2019	173.33
62	Geir Karlsen	Gjøvik AK	03.05.2019	172.09
63	Niclas Thill	Spydeberg Atletene	09.02.2019	171.32
64	Shane Conolly	Spydeberg Atletene	23.02.2019	171.21
65	Kristian Holm	Gjøvik AK	03.05.2019	160.4
66	Håvard Skauen	T & IL National	09.03.2019	155.06
67	Tom Hauge	Spydeberg Atletene	08.02.2019	154.77
68	Sondre G Kløvfjell	Lenja AK	30.03.2019	153.91
69	Sverre Jensen	T & IL National	25.02.2019	153.25
70	Cornelius Wiedswang	Oslo AK	13.03.2019	152.32
71	Runar Saxegård	Lenja AK	30.03.2019	150.45
72	Leif Gøran Jenssen	Spydeberg Atletene	28.04.2019	149.48
73	Eirik Nilsen	Spydeberg Atletene	28.04.2019	140.99
74	Emil Sveum	Gjøvik AK	03.05.2019	138.61
75	Freddy Svendsen	Lenja AK	30.03.2019	137.51
76	Petter Borger Kjeldsen	Spydeberg Atletene	29.03.2019	132.65
77	Kjell Olav Lundberg	Spydeberg Atletene	09.02.2019	117.92
78	Samuel Rafteseth	Gjøvik AK	03.05.2019	114.01
79	Jonas Nordeng	Gjøvik AK	22.02.2019	107.47
80	Brede Overhalden	Gjøvik AK	22.02.2019	103.04
81	Jostein Johannessen	Lenja AK	30.03.2019	89.77
82	Elias Strand Olsen	Gjøvik AK	03.05.2019	86.95
83	Arild Nilsen	Spydeberg Atletene	09.02.2019	83.04
84	Elias Strand Olsen	Gjøvik AK	22.02.2019	82.7

85	Fredrik Opsahl	Gjøvik AK	22.02.2019	81.66
86	Kasper Coldevin	Gjøvik AK	22.02.2019	78.99

## Veteraner kvinner

	<i>Navn</i>	<i>Klubb</i>	<i>Dato</i>	<i>Poengsum (Veteran)</i>
1	Marie Mossige Grythe	Spydeberg Atletene	23.02.2019	243.38
2	Camilla Pedersen	Christiania AK	26.01.2019	173.69
3	Ann-Kristin Skinlo	Spydeberg Atletene	13.04.2019	148.32
4	Hilde Næss	Lørenskog AK	26.04.2019	132.51
5	Eva Grøndahl Lundberg	Spydeberg Atletene	13.04.2019	128.81
6	Linda Grøtåsen	Lørenskog AK	16.02.2019	123.8
7	Hege Grønland	Elverum AK	16.02.2019	114.99
8	Aurora Foss	Spydeberg Atletene	29.03.2019	97.4

## Veteraner menn

	<i>Navn</i>	<i>Klubb</i>	<i>Dato</i>	<i>Poengsum (Veteran)</i>
1	Geir Hestmann	Oslo AK	04.05.2019	352.41
2	Alexander Bahmanyar	Spydeberg Atletene	09.02.2019	349.37
3	Rune Johansen	Lenja AK	04.05.2019	326.42
4	Geir Johansen	T & IL National	12.01.2019	305.88
5	Johan Thonerud	Spydeberg Atletene	23.02.2019	304.3
6	Thomas Lilleborg	T & IL National	12.01.2019	298.73
7	Kenneth Friberg	Oslo AK	26.01.2019	293.2
8	Lars-Thomas Grønlien	Oslo AK	26.01.2019	292.01
9	Lars Thomas Grønlien	Oslo AK	04.05.2019	291.48
10	Leif Gøran Jenssen	Spydeberg Atletene	28.04.2019	285.5
11	Per Berger Olsen	T & IL National	25.02.2019	276.98
12	Tom Hauge	Spydeberg Atletene	08.02.2019	257.38
13	Robert Grønland	Elverum AK	04.05.2019	252.52
14	Arnfinn Kopperud	IL Kraftsport	04.05.2019	232.1
15	Andreas Nordmo Skauen	Oslo AK	26.01.2019	228.21
16	Niclas Thill	Spydeberg Atletene	09.02.2019	206.1
17	Geir Karlsen	Gjøvik AK	03.05.2019	199.97
18	Freddy Svendsen	Lenja AK	30.03.2019	197.6
19	Cornelius Wiedswang	Oslo AK	13.03.2019	190.1
20	Runar Saxegård	Lenja AK	30.03.2019	190.02
21	Kjell Olav Lundberg	Spydeberg Atletene	09.02.2019	181.72
22	Arild Nilsen	Spydeberg Atletene	09.02.2019	119.33