

Taulukko1

Maksimisolitaspenkkipunnerruksen avoin Helsingin mestaruus 7.11.2009, Helsinki

Sarja	Nimi	Kaupunki	01.11.09	02.11.09	03.11.09	Tulos
N60	Satu Raappana	Nokia	60,0	62,5	65,0	62,5
	Eira Pajuharju	Vihti	60,0	62,5	62,5	60,0
	Minna Aarnipuro	Tampere	45,0	47,5	47,5	45,0
N60v	Irmeli Vaulakorpi	Vantaa	52,5	57,5	60,0	52,5
N70	Tuulikki Kare	Vantaa	65,0	67,5	70,0	67,5
N80	Mia Alanko	Rauma	55,0	60,0	62,5	62,5
	Satu Luoto	Lappeenranta	75,0	80,0	82,5	82,5
	Nina Ruuhivirta	Espoo	75,0	77,5	80,0	77,5
70	Anne-Marie Federlöf		65,0	70,0	70,0	70,0
	Tuomas Nikkilä	Forssa	140,0	150,0	155,0	155,0
	Mikko Jylli		100,0	110,0		100,0
80	Joni Halmetoja	Helsinki	130,0	135,0	140,0	140,0
80v	Antero Kauranen		120,0	120,0	130,0	120,0
80j	Tuomas Koivisto	Helsinki	100,0	107,5	110,0	110,0
	Ville Närhi	Lohja	110,0	110,0	110,0	-----
90	Janne Lehtonen	Lohja	155,0	160,0	165,0	165,0
	Ilkka Rätty	Lohja	140,0	140,0	142,5	140,0
90v	Juha Koivisto	Helsinki	150,0	155,0	160,0	155,0
	Olli Skogberg	Jokioinen	150,0	155,0	160,0	155,0
	Juhani Lindholm	Helsinki	150,0	152,5	152,5	150,0
90j	Tommi Nyman		120,0	130,0	140,0	140,0
100	Anssi Juutilainen	Tuusula	155,0	160,0	165,0	165,0
	Jukka-Pekka Rinkinen		150,0	160,0	165,0	160,0
	Jukka Lankinen	Valkeala	160,0	170,0	170,0	160,0
110	Jukka Suista	Rauma	180,0	185,0	187,5	185,0
120	Heikki Hirvonen	Helsinki	160,0	170,0	170,0	170,0
120+	Harri Halmetoja	Helsinki	160,0	165,0	167,5	165,0
	Ari Laitala	Helsinki	140,0	150,0	152,5	152,5