

Klasse	Navn	Klubb	Dato	Resultat
<b>KNEBØY</b>				
59	Eilif Ellefsen	Lenja AK	07.10.16	105,0
66	Jan Roytvand	OPIL	02.05.15	188,0
74	Bjørn Astad	Oslo SK	19.11.15	175,0
83	Tormod Andersen	Lenja AK	19.11.16	228,5
93	Tormod Andersen	Lenja AK	19.12.15	215,0
105	Bjørn Andreas Bull-Hansen	Halden SI	11.02.12	245,0
120	Lars Dalby Markussen	Halden SI	22.12.16	295,0
+120	Alexander Nilsson	Askim SK	26.04.18	275,0
<b>BENKPRESS</b>				
59	Eilif Ellefsen	Lenja AK	07.10.16	95,0
66	Jan Erik Christiansen	Halden SI	09.12.15	115,0
74	Bjørn Astad	Oslo SK	19.11.15	135,0
83	Hogne Syversen	Lenja AK	11.10.15	145,0
93	Trond Borgli	Halden SI	22.08.21	183,0
105	Øystein Aas	Askim SK	25.10.14	191,0
120	Pål Guddal	Askim SK	22.12.12	200,0
+120	Alexander Nilsson	Askim SK	26.04.18	205,0
<b>MARKLØFT</b>				
59	Eilif Ellefsen	Lenja AK	07.10.16	145,0
66	Jan Roytvand	OPIL	02.05.15	190,0
74	Hoang Van Nguyen	Askim SK	15.06.13	220,0
83	Tormod Andersen	Lenja AK	11.10.15	270,0
93	Ronny Ivan Hegge	Lenja AK	25.04.19	247,5
105	Bjørn Andreas Bull-Hansen	Halden SI	11.02.12	300,5
120	Bernt-Erik Bergersen	IL Kraftsport	07.10.18	312,5
+120	Riad Sollien	Frogner AK	21.04.23	302,5
<b>SAMMENLAGT</b>				
59	Eilif Ellefsen	Lenja AK	07.10.16	345,0
66	Jan Roytvand	OPIL	02.05.15	485,5
74	Bjørn Astad	Oslo SK	19.11.15	515,0
83	Tormod Andersen	Lenja AK	27.06.15	600,0
93	Ronny Ivan Hegge	Lenja AK	25.04.19	612,5
105	Bjørn Andreas Bull-Hansen	Halden SI	11.02.12	727,5
120	Lars Dalby Markussen	Halden SI	22.12.16	770,0
+120	Alexander Nilsson	Askim SK	26.04.18	765,0
<b>BENKPRESS ENKELTLØFT</b>				
59	Eilif Ellefsen	Lenja AK	07.10.16	95,0
66	Jan Erik Christiansen	Halden SI	22.03.14	125,0
74	Bjørn Astad	Oslo SK	19.11.15	135,0
83	Bjarne Synstad	IL Kraftsport	14.05.18	152,5
93	Trond Borgli	Halden SI	19.02.22	185,0
105	Øystein Aas	Askim SK	03.12.16	197,5
120	Pål Guddal	Askim SK	20.12.14	202,5
+120	Alexander Nilsson	Askim SK	07.12.19	220,0