

FM Í STYRKILYFTING 2012



Frá vinstri: Tordur Sigurðsson (nummar tvey), Bogi Hammer (vinnari) og Herman M. Hermensen (nummar trý)

Tóku 18 ára gomul styrkimet

STYRKILYFTING Trý 18 ára gomul met hjá Regini Vágadal fullu um vikuskiftið, tá FM í styrkilyfting var í Yndi. Bogi Hammer tók tvey av metinum, meðan Jákup Suni Berg tók tað triðja. Bogi Hammer og Kinna úr Dímun gjørdust samlaðir vinnarar

Tróndur Arge

Yndi var karmur um FM í styrkilyfting, sum var um vikuskiftið. Heili 18 føroysk met vóru sett, og trý av teimum vóru 18 ára gomul met hjá Regini Vágadal.

Jákup Súni Berg, sum vann »Føroya sterkasti maður« seinast tók metið frá Regini í bonk press. Metið var 200 kilo, men Jákup Súni megnaði at lyfta 205 kilo.

Bogi Hammar setti eisini í nýtt met í »Squat«. Gamla metið hjá Regini var 270 kilo. Bogi Hammer kláraði leygardagin at lyfta 272,5 kilo.

Samlaða metið hjá Regini Vágadal, tað er samlaða tali av kilo lyft í squat, bonkpress og deadlift, var 740 kilo. Samlaða talið hjá Boga Hammer leygardagin í Yndi var 742,5.

Bogi Hammer tók fyrr í ár metið frá Regini í deadlift. Tað gamla var 270 kilo, meðan nýggja metið hjá Boga Hammer er 300 kilo.

Sostatt kann staðfestast, at Bogi Hammer og Jákup Súni Berg eru í góðum formi undan landsdystinum móti Danmark, sum verður 8.



Gamla kempan, Regin Vágadal, átti metið á 200 kilo í bonkpress, men føroya sterkasti maður, Jákup Súni Berg lyfti 205 kilo, og eigur harvið nýggja metið

desembur í ítróttarhøllini á Hálsi. Tá skul teir báðir takast við tveir teir sterkastu úr Danmark.

trondur@sosialurin.fo



24/11-12	Squat			Bench press			Deadlift			Total
	1	2	3	1	2	3	1	2	3	
Jórun 54,1 kg.	90	100	100	65	67,5	70	100	110	110	277,5 281,4
Kinna 48,0 kg.	120	122,5	125	67,5	70	70	150	155	155	345 367,7
Kristian 50,5 kg.	135	135	150	65	70	75	135	152,5	160	370 318
Uni 68,7 kg.	135	145	155	115	120	125	180	195	210	480 358,1
Tordur 73,2 kg.	180	190	200	135	147,5	147,5	240	260	272,5	585 424,1
Bárður 84,8 kg.	180	190	/	130	140	150	210	225	240	545 380,5
Herman 88,4 kg.	217,5	230	237,5	120	130	145	240	265	/	647,5 414,8
Jákup Petur 98,8 kg.	202,5	225	232,5	125	135	137,5	257,5	275	/	642,5 383,3
Heini 108,4 kg.	/	/	/	/	/	/	300	/	/	300 177,4
Bogi 115,8 kg.	272,5	272,5	/	170	180	190	290	305	/	742,5 430,9
Jákup Suni 119,8 kg.	/	/	/	202,5	205	/	/	/	/	205 117,9
Bjarni 121,3 kg.	190	200	215	115	125	130	225	240	260	580 332,6

Tølini við striku ígjøgnum eru ikki góðtikin lyft. Tøl við striku undir eru nýggj føroysk met. Litaðu tølini eru Wilks stig. Tað eru Wilks stigin, ið avgerða hvør vinnur. Sí eisini www.wyndi.fo