

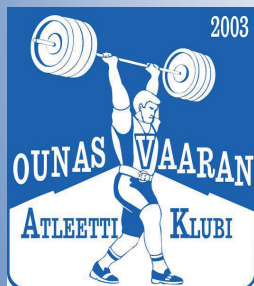
PAINONNOSTON

20- ja 23-vuotiaiden

SM-KILPAILUT

SANTASPORT
ROVANIEMI
14.-15.8.2021

SANTA
SPORT



EM ESIKISAT

EUROPEAN JUNIOR & U23
WEIGHTLIFTING CHAMPIONSHIPS

Rovaniemi • 2021 • Finland

INTOHIIMO

— ON YHTEINEN KIELEMME —

Leiripaikaksi Santasport

Harjoittelemaan Napapiiville!

Tarjoamme monipuoliset harjoittelu- ja leireilyolosuhteet eri lajien urheilijoille, vain 2,5 km päässä Rovaniemen keskustasta. Majoitus, ravintola, valmennus- sekä urheilutilat löytyvät saman katon alta. Ounasvaaran monipuoliset harjoittelumaastot saavutat yhden oven avauksella. **Ota yhteyttä, suunnitellaan yhdessä onnistunut leiri!**



LEIRIHINTA 1.9.-30.4. alk. **65 EUR** /hlö/vrk

Sis. majoituksen täysihoidolla, kuntosalin ja kylpylän käytön sekä muut tarvittavat harjoitustilat!

Lisätiedot: sales@santasport.fi, 020 798 4222



OLYMPIC TRAINING CENTER ROVANIEMI

**SANTA
SPORT**

Santasport
Lapin Urheiluopisto
Hiihtomajantie 2, 96400 Rovaniemi
santasport.fi

Hyvät painonnoston ystävät

Painonnostovuosi 2021 on edennyt jo syyskaudelle ja vuorossa ovat tänä viikonloppuna alle 20- ja 23-vuotiaiden SM-kilpailut, jotka toimivat samalla syys-lokakuun vaihteessa Rovaniemellä Santasportilla järjestettävien nuorten EM-kilpailuiden esikisana. Ounasvaaran Atleetit Klubilla on iso rooli näiden molempien tapahtumien paikallisena organisoijana. EM-kisathan oli tarkoitus olla jo viime vuonna, mutta koronan vuoksi niitä jouduttiin siirtämään vuodelle.



Myös tämän vuoden valtakunnalliset kisat ovat keskittyneet kesään, kun talven ja kevään aikana normaalisti kisakalenterissa olevia kisoja siirrettiin koronarajoitusten vuoksi eteenpäin. Seuramme urheilijoita osallistui kesäkuussa yleisen sarjan SM-kisoihin Kuusankoskelle ja heinäkuussa sekä Mastersien että 15- ja 17-vuotiaiden SM-kisoihin Rovaniemellä. Kuusankoskella OAK oli kolmanneksi paras joukkue seurapisteissä ja Rovaniemellä seuramme sai haltuunsa parhaan joukkueen pokaalit niin Masterseissa kuin junioreissakin.

Vuosi 2021 ei ole ollut urheiluseuroille ja kisajärjestäjille paljoa edellisvuotta helpompi koronan aiheuttamien haasteiden vuoksi. Kokoontumisrajoituksia oli alkuvuodesta myös Rovaniemellä, mutta ne eivät estäneet kilpaurheilijoiden harjoittelua. Sen sijaan ohjattujen ryhmien toiminta piti keskeyttää alkuvuoden aikana. Etelä-Suomessa edes lapset eivät päässeet treeneihin pitkään aikaan tämän vuoden aikana, ja vasta nyt ollaan palailemassa taas arkeen - toivottavasti ilman uusia rajoituksia.

Nuorten EM-kilpailuiden valmistelut ovat jatkuneet hyvin yhdessä Euroopan ja Suomen Painonnostoliiton kanssa. EM-kisoihin on ennakkoilmoittautumisten perusteella tulossa yli 500 nuorta urheilijaa eri puolilta Eurooppaa! Näissä SM-kisoissa nähdään lavalla useita nuorten EM-kisoihin valmistautuvia nostajia, joista osa on lähdössä myös Puolan Ciechanówissa järjestettäviin alle 15- ja 17-vuotiaiden EM-kisoihin.

Haluan kiittää seuramme puolesta lämpimästi kaikkia tukijoita saamastamme tuesta ja toivottaa kaikki urheilijat, valmentajat, huoltajat, tukijat, yleisön sekä median tervetulleeksi Rovaniemelle! Toivotan myös hyvää menestystä kaikille nostajille näissä kisoissa ja tulevissa kansainvälisissä kilpailuissa!

Jussi Timonen – Nissi

Ounasvaaran Atleetit Klubin puheenjohtaja

Historialliset painonnoston nuorten EM-kisat kutsuvat mukaan!



Sunnuntaina 15.8.2021 on tasan 40 päivää nuorten EM-kisojen alkua ja vastaavasti 50 päivää niiden päättymiseen. Noiden 10 päivän sisään mahtuu paljon iloa ja naurua sekä ennen kaikkea upeita nostoja mutta varmasti myös muutamia hikipisaroita ja turhautumista kumpuavia voimasanojakin.

Olemme työstäneet näitä Suomessa ensimmäistä kertaa järjestettäviä kisoja jo vuosia, joten on hienoa, että loppusuora alkaa nyt näkymään. Kisoihin on ennakkoilmoittautunut nostajia 41 maasta ja tulijoiden määrä on yllättänyt meidät iloisesti. Se mitä on tapahtunut ennen kisoja, sisältää varmasti samoja tunteita kuten kisoissa tunnetaan, koska niin kuuluu seuratoiminnassa tunteakin. Ja vallitseva koronaepidemiahan ei ole varsinaisesti helpottanut kisojen järjestelyjä, jouduttiinhan kisat siirtämään viime syksyltä. Ounasvaaran Atleetti Klubi on kuitenkin tehnyt jo vuosia päämäärätietoisesti ja hartiavoimin töitä seuran ja tulevien EM-kisojen eteen ja urheilussa kuten muussakin elämässä usein, tehty työ alkaa tuottamaan jossain vaiheessa kiitosta ja tulosta. Uskon vahvasti, että tällaisen suurponnistuksen jälkeen, ainakin hetki kun niiden jälkeen hengähdetään, niin toiminta on entistäkin mukavampaa.

Seura elää ja hengittää yhdessä. Seurassa laaditaan toiminnan arvot, joihin sitoudutaan, päämäärät ja niiden pohjalta tehtävät päätökset ja toimenpiteet yhdessä ja tämän yhteisöllisyyden voima saa minut kerta toisensa jälkeen ihastelemaan ja arvostamaan seurojen toimintaa ja seurojen ihmisiä. EM-kisojen kaltaiset suurtapahtumat ja ponnistukset hitsaavat toimijat entistä paremmin yhteen ja syventävät yhteenkuuluvuuden tunnetta. Me tehdään tämä yhdessä!

Hyvin toimivissa seuroissa on aina useita valmentajia, jotka tekevät työtään omina persooninaan innostaen muita syvemmälle lajin saloihin. Niissä on taustalla toimivia supertyypppejä, jotka auttavat urheilijoita ja valmentajia pääsemään tavoitteisiinsa ja innostavat muita toimijoita. Siellä on kannustajia ja kuskaajia, joiden voimalla lapset ja nuoret saavat itseluottamuksensa pilviin ja joihin he voivat nojata ja tukeutua, kun siivet eivät vielä kantaneetkaan tavoitteisiin asti. Hyvissä seuroissa on kriittisiä ääniä, joiden ansiosta ideat puristetaan timanteiksi ja johtajia, jotka huolehtivat laivan oikeasta kurssista. Ja siellä on myös arvokkaita vierailijoita, joita esim. ainutlaatuinen kisatapahduma on houkutellut mukaansa ja josta vierailijat saavat elämyksiä ja yhteisöllisyyden tarjoamaa elämänpaloa, jota ei rahallakaan saisi ostettua. Seuroissa ja tapahtumissa jokaiselle on merkityksellisiä tehtäviä ja jokainen saa olla oma itsensä, olit sitten seuran jäsen tai vain vierailemassa tapahtumassa.

Tervetuloa mukaan hyvään seuraan, yli seura- ja lajirajojen, järjestämään historialliset ja ikimuistoiset nuorten painonnoston EM-kisat! Tehdään näistä yhdessä ikimuistoiset ja onnistuneet kisat, meille kaikille!

Marko Keskitalo

GSM +358 50 3229 447, marko.keskitalo@painonnosto.fi
painonnoston nuorten EM-kisojen pääsihteeri



KILPAILUOHJELMA

Lauantai 14.8.2021:

NAISTEN SARJAT 45 - 64 kg; MIESTEN SARJAT 55 - 73 kg

klo 9:00-10:00	Punnitus: naiset (testausasema Rakka; urheiluhallin puolella)
klo 9:00-10:00	Punnitus: miehet (yläkerran pukuhuonekäytävä; pukuhuone 3)
klo 10:10	Tuomarikokous (testausasema Rakka)
klo 10:45	Kilpailun avaus (Santasportin Urheiluhalli)
klo 11:00	1. ryhmän nostajien esittely
<u>10 min esittelyn jälk.</u>	1. ryhmän kilpailu (Santasportin Urheiluhalli)

- seuraava kilpailuryhmä esitellään edellisen ryhmän tempauksen ja työnnön välissä
- palkintojenjako heti kunkin ryhmän kilpailun jälkeen ryhmien välisellä tauolla
- lounas ja päivällinen Santasportilla: ruokalippuja ja ruokailuajat voi tiedustella respasta

Sunnuntai 15.8.2021:

NAISTEN SARJAT 71 - +87 kg; MIESTEN SARJAT 81 - +109 kg

klo 9:00-10:00	Punnitus: naiset (testausasema Rakka; urheiluhallin puolella)
klo 9:00-10:00	Punnitus: miehet (yläkerran pukuhuonekäytävä; pukuhuone 3)
klo 10:10	Tuomarikokous (testausasema Rakka)
klo 11:00	1. ryhmän nostajien esittely
<u>10 min esittelyn jälk.</u>	1. ryhmän kilpailu (Santasportin Urheiluhalli)

- seuraava kilpailuryhmä esitellään edellisen ryhmän tempauksen ja työnnön välissä
- palkintojenjako heti kunkin ryhmän kilpailun jälkeen ryhmien välisellä tauolla
- kisojen parhaiden nostajien ja joukkueiden (20v ja 23v) palkitseminen
- lounas ja päivällinen Santasportilla: ruokalippuja ja ruokailuajat voi tiedustella respasta

Kylpylän saunat käytettävissä lauantaina ja sunnuntaina klo 7:30 alkaen! Jos et majoitu Santasportilla ja tarvitset päästä saunaan painonpudotusta varten, pyydä avainkortti kylpylään kisajärjestäjiltä tai ranneke Santasportin vastaanotosta.



Mikäli teillä on kysymyksiä kilpailun kulusta ja/tai muista vierailuunne liittyvistä asioista, kääntykää rohkeasti kisajärjestäjien puoleen. Otamme myös koronaviruksen torjumisen kilpailutapahtuman yhteydessä vakavasti. Tehdään yhdessä turvalliset painonnostokisat!

Kilpailun yhteyshenkilö: Eero Oja
p. 040 533 2661; s-posti: eero.oja@atleettiklubi.fi



Kilpailun johtaja: Harri Norberg
p. 0500 343 303; s-posti: harri.norberg@gmail.com

www.atleettiklubi.fi
www.facebook.com/atleettiklubi



ILMOITTAUTUNEET NAISET IKÄLUOKITTAIN JA SARJOITTAIN

NIMI	SEURA	SEURA	SYNT.VUOSI	IKÄL.	SARJA
Tessa Pajunpää	Lohtajan Veikot	LoVe	2007	20v	N45
Matilda Jauhojärvi	Ounasvaaran Atleetti Klubi	OAK	2006	20&23v	N49
Saara Postila	Ounasvaaran Atleetti Klubi	OAK	2006	20&23v	N49
Saga Lakkala	Rovaniemen Reipas	RoRe	2006	20v	N55
Inka Tiainen	Puntti-Karhut (Pori)	PuKa	2005	20&23v	N55
Viivi Körkkö	Ounasvaaran Atleetti Klubi	OAK	2002	20&23v	N55
Vilma Väisänen	Kasitonnisen Urheilijat (Espoo)	8000Urh	2002	20&23v	N55
Kirsi-Marja Mukkala	Alppilan Puntti-Weikot (Oulu)	APW	1999	23v	N55
Siri Sytelä	Alavuden Urheilijat	AU	2000	23v	N55
Susanna Sirenious	Äänekosken Huima	ÄH	1998	23v	N55
Ansa Pajatie	Harjun Woima (Jyväskylä)	HWJ	2004	20&23v	N59
Ida Moisio	Alppilan Puntti-Weikot (Oulu)	APW	2004	20&23v	N59
Kaisa Rautio	Ounasvaaran Atleetti Klubi	OAK	2007	20&23v	N59
Meri Mänty	Rovaniemen Reipas	RoRe	2002	20&23v	N59
Olivia Kononen	Puntti-Karhut (Pori)	PuKa	2004	20&23v	N59
Ella Häkkinen	Keljon Viesti (Jyväskylä)	KelVi	1998	23v	N59
Essi Heikkinen	Rovaniemen Reipas	RoRe	1999	23v	N59
Heidi Kupari	Lappeenrannan Painonnostajat	LPN	1999	23v	N59
Mari Kahilainen	Keljon Viesti (Jyväskylä)	KelVi	1999	23v	N59
Sofia Sillanpää	Alahärmän Kisa	AK	1999	23v	N59
Supattra Suni	Kasitonnisen Urheilijat (Espoo)	8000Urh	1999	23v	N59
Emmi Lämsä	Rovaniemen Reipas	RoRe	2001	20v	N64
Laura Keränen	Rovaniemen Reipas	RoRe	2003	20v	N64
Evelina Laitinen	Joensuun Puntti-Pojat	JoPuPo	2002	20&23v	N64
Jannike Bäckström	Rovaniemen Reipas	RoRe	2003	20&23v	N64
Sanni Takkunen	Rovaniemen Reipas	RoRe	2002	20&23v	N64
Vilma Korkiatupa	Alahärmän Kisa	AK	2003	20&23v	N64
Ellie-Noora Nevalainen	Espoo Weightlifting Academy	EWA	1998	23v	N64
Emilia Kurkela	Alppilan Puntti-Weikot (Oulu)	APW	2000	23v	N64
Emma Rapanen	Imatran Jyske	IJ	1999	23v	N64
Nea Kunnari	Alahärmän Kisa	AK	2000	23v	N64
Suvi Talasterä	Puntti-Karhut (Pori)	PuKa	1999	23v	N64
Wilma Kangasluoma	Turun Atleetti Klubi	TAK	1998	23v	N64
Jenna Timonen-Nissi	Ounasvaaran Atleetti Klubi	OAK	2007	20v	N71
Senni Salorinne	Kuusankosken Kisa	KuKisa	2002	20v	N71
Sini-Elina Kokkonen	Rovaniemen Reipas	RoRe	2001	20v	N71
Aino Luostarinen	Ounasvaaran Atleetti Klubi	OAK	2003	20&23v	N71
Janette Ylisoini	Keravan Bodonos	Bodonos	2006	20&23v	N71
Marla Sinisaari	Rovaniemen Reipas	RoRe	2005	20&23v	N71
Noora Lehtonen	Oulun Pyrintö	OP	2000	23v	N71
Iina Jäppinen	Lappeenrannan Painonnostajat	LPN	2003	20&23v	N76
Jutta Selin	Tampereen Pyrintö	TP	1999	23v	N76
Tuulina Lehto	Kurikan PunttiKlubi	KPK	2001	20v	N81
Emilia Ala-Rantala	Rovaniemen Reipas	RoRe	1999	23v	N81
Linnea Ristolainen	Savon Woima (Kuopio)	SaWo	1999	23v	N81
Sanni Pietarinen	Joensuun Puntti-Pojat	JoPuPo	2000	23v	N81
Sara Tervonen	Ounasvaaran Atleetti Klubi	OAK	1998	23v	N81
Sofia Rönkkö	Keljon Viesti (Jyväskylä)	KelVi	1999	23v	N81
Tyra Holst*	Falun AK (Ruotsi)	Falun AK	2001	20v	N87

* SM-kilpailun ulkopuolella

ILMOITTAUTUNEET MIEHET IKÄLUOKITTAIN JA SARJOITTAIN

NIMI	SEURA	SEURA	SYNT.VUOSI	IKÄL.	SARJA
Joona Viitasaari	Puntti-Karhut (Pori)	PuKa	2004	20&23v	M55
Lenni Teurajärvi	Ounasvaaran Atleetti Klubi	OAK	2006	20v	M61
Valtteri Raudasoja	Ounasvaaran Atleetti Klubi	OAK	2004	20v	M67
Eetu Hautaniemi	Puntti-Karhut (Pori)	PuKa	2005	20&23v	M67
Juuso Kokko	Kasitonniisen Urheilijat (Espoo)	8000Urh	2004	20&23v	M67
Timi Niemelä	Rovaniemen Reipas	RoRe	2003	20&23v	M67
Veikko Ojala	Puntti-Karhut (Pori)	PuKa	2006	20&23v	M67
Veeti Huhtamäki	Tampereen Pyrintö	TP	2005	20v	M73
Ilmari Korpela	Turun Atleettiklubi	TAK	2003	20&23v	M73
Santeri Suonpää	Parkanon Puntti	PaPu	2003	20&23v	M73
Joel Holappa	Tampereen Pyrintö	TP	1999	23v	M73
Samuel Kaikkonen	Parkanon Puntti	PaPu	1998	23v	M73
Jaro Haapakoski	Rovaniemen Reipas	RoRe	2003	20v	M81
Janne Kähtävä	Kalajoen Junkkarit	KJ	2002	20v	M81
Miro Manderbacka	Kalajoen Junkkarit	KJ	2005	20v	M81
Hannes Pränni	Ounasvaaran Atleetti Klubi	OAK	2006	20v	M81
Onni Ruoho	Turun Atleettiklubi	TAK	2004	20v	M81
Jesse Kääriäinen	Herakles (Helsinki)	Herakles	2003	20&23v	M81
Max Barkman	Herakles (Helsinki)	Herakles	1999	23v	M81
Anton Hodju	Rovaniemen Reipas	RoRe	2000	23v	M81
Vertti Kenttälä	Rovaniemen Reipas	RoRe	1999	23v	M81
Mauro Nieminen	Rovaniemen Reipas	RoRe	1999	23v	M81
Markus Helin	Tampereen Pyrintö	TP	2002	20v	M89
Juuso Hartikainen	Joensuun Puntti-Pojat	JoPuPo	2002	20&23v	M89
Sakari Pietarinen	Joensuun Puntti-Pojat	JoPuPo	2003	20&23v	M89
Konsta Suoniemi	Ounasvaaran Atleetti Klubi	OAK	2004	20&23v	M89
Iiro Kallioinen	Puntti-Karhut (Pori)	PuKa	1998	23v	M89
Konsta Parkkali	Turun Atleettiklubi	TAK	1999	23v	M89
Aaro Spännäri	Kuusankosken Kisa	KuKisa	1998	23v	M89
Jonne Akujärvi	Ounasvaaran Atleetti Klubi	OAK	2005	20v	M96
Otto Liikanen	Rovaniemen Reipas	RoRe	2004	20v	M96
Väinö Suoniemi	Ounasvaaran Atleetti Klubi	OAK	2001	20&23v	M96
Pasi Liikka	Kuusankosken Kisa	KuKisa	1998	23v	M96
Oliver Svartberg	Turun Atleettiklubi	TAK	1999	23v	M96
Henrik Helkelä	Turun Atleettiklubi	TAK	2001	20v	M102
Joonas Hasu	Kuusankosken Kisa	KuKisa	1999	23v	M102
Roni Peltonen	Tampereen Pyrintö	TP	1998	23v	M102
Aleksi Schöning	Tampereen Pyrintö	TP	1999	23v	M102
Jukka Ylisoini	Rovaniemen Reipas	RoRe	2003	20&23v	M109
Hanno Keskitalo	Ounasvaaran Atleetti Klubi	OAK	2003	20&23v	M+109
Matias Tuovinen	Lahden Atomi	Atomi	2001	20&23v	M+109



KOVAKOODARIT



LAPIN
TIMANTTIRAKENNUS OY

KUROTTAJAPALVELU

JANI PEKKALA
040 7646 121
ROVANIEMI

UIMAHALLI VESIHIISI



Nuortenkatu 11
puh. 016 322 2592

Altaat avoinna:
ma-pe 6.30 - 19.30
la-su 11.00 - 16.30

www.rovaniemi.fi/uimahalli



Ainonkatu 1,
96200 Rovaniemi
044 535 1215 Jarmo

www.jarjotek.fi etunimi@jarjotek.fi



KUTILAN LIIKENNE

LAITAMME PAINOA TURVALLISUUDELLE

www.kutilan.fi - info@kutilan.fi



**Valo- ja video-
kuvauspalvelut
HYLSY
PRODUCTIONS AY
050 557 0220**

**NAPAPIIRIN
KULJETUS**

Varmaa ainesta

Ounasvaaran Atleetti Klubin edustajat nuorten EM-kisajoukkueessa ennakkoilmoittautumisten jälkeen

- 20-vuotiaat -

Saara Postila (s. 2006)

Sarja 49 kg

Kisaennätykset: 51 + 61 / 112 kg

2021 alle 17-vuotiaiden SM 1. sarjassa 49 kg

2021 Yleisen sarjan SM 2. sarjassa 45 kg

2020 alle 17-vuotiaiden PM 1. sarjassa 45 kg

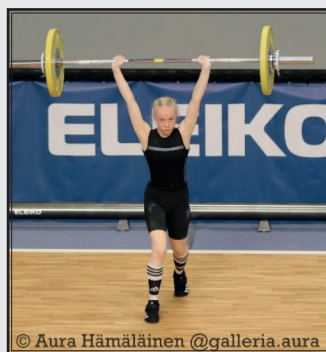
2020 alle 17-vuotiaiden SM 1. sarjassa 45 kg

2020 alle 20- ja 23-v. SM 1. sarjassa 45 kg

Suomen ennätykset:

- Työntö 57 kg alle 17v sarjassa 45 kg
- Yhteistulos 103 kg alle 17v sarjassa 45 kg

Valmentaja: Ari Moilanen



Viivi Körkkö (s. 2002)

Sarja 55 kg

Kisaennätykset: 63 + 80 / 143 kg

2021 Yleisen sarjan SM 2. sarjassa 49 kg

2020 alle 20-vuotiaiden PM 1. sarjassa 49 kg

2020 Yleisen sarjan SM 4. sarjassa 49 kg

2020 alle 20-vuotiaiden SM 1. sarjassa 49 kg

2020 alle 23-vuotiaiden SM 2. sarjassa 49 kg

Suomen ennätykset:

- Työntö 80 kg alle 20v sarjassa 49 kg
- Yhteistulos 143 kg alle 20v sarjassa 49 kg

Valmentaja: Kimmo Ulvas



Ounasvaaran Atleetti Klubin edustajat nuorten EM-kisajoukkueessa ennakkoilmoittautumisten jälkeen

Aino Luostarinen (s. 2003)

Sarja 71 kg

Kisaennätykset: 91 + 117 / 206 kg

Kahdeksan EM-mitalia 2018-2020, joista neljä kultaa, kolme hopeaa ja yksi pronssi

Alle 20v EM-kulta työnnössä (115 kiloa), Bukarest, Romania 22.10.2019

2021 Yleisen sarjan SM 1. sarjassa 71 kg

2020 alle 17-vuotiaiden PM 1. sarjassa 71 kg

2020 alle 17-vuotiaiden SM 1. sarjassa 71 kg

2020 alle 20- ja 23-vuotiaiden SM 1. sarjassa 71 kg

17 voimassa olevaa Suomen ennätystä eri ikäluokissa ja sarjoissa

Muun muassa:

- Tempaus 91 kg (20v, 23v) sarjassa 71 kg
- Työntö 117 kg (20v, 23v ja yleinen) sarjassa 71 kg
- Yhteistulos 206 kg (20v, 23v) sarjassa 71 kg

Valmentaja: Leena Kaisa Vartiainen



Matilda Jauhojärvi (s. 2006) Varalla

Sarja 49 kg

Kisaennätykset: 49 + 61 / 109 kg

2021 alle 17-vuotiaiden SM 2. sarjassa 49 kg

2021 Yleisen sarjan SM 5. sarjassa 49 kg

Valmentaja: Mikko Raudasoja



Ounasvaaran Atleetti Klubin edustajat nuorten EM-kisajoukkueessa ennakoilmoittautumisten jälkeen

Konsta Suoniemi (s. 2004)

Sarja 89 kg

Kisaennätykset: 124 + 149 / 273 kg

- 2021 Yleisen sarjan SM 5. sarjassa 89 kg
- 2021 alle 17-vuotiaiden SM 1. sarjassa 89 kg
- 2020 alle 17-vuotiaiden PM 1. sarjassa 81 kg
- 2020 alle 17-vuotiaiden SM 1. sarjassa 81 kg
- 2020 alle 20-vuotiaiden SM 2. sarjassa 81 kg
- 2020 alle 20-vuotiaiden SM 3. sarjassa 81 kg

Suomen ennätykset:

- Tempaus 113 kg (17v, 20v) sarjassa 81 kg
- Yhteistulos 246 kg alle 17v sarjassa 81 kg
- Tempaus 122 kg alle 17v sarjassa 89 kg
- Työntö 143 kg alle 17v sarjassa 89 kg
- Yhteistulos 264 kg alle 17v sarjassa 89 kg

Valmentaja: Kimmo Ulvas



Väinö Suoniemi (s. 2001)

Sarja 96 kg

Kisaennätykset: 129 + 156 / 284 kg

- 2021 Yleisen sarjan SM 4. sarjassa 96 kg
- 2020 Yleisen sarjan PM 1. sarjassa 89 kg
- 2020 alle 20- ja 23-v. SM 1. sarjassa 89 kg

Suomen ennätykset:

- Tempaus 129 kg 20v sarjassa 89 kg
- Tempaus 128 kg (20v, 23v) sarjassa 96 kg
- Työntö 156 kg 20v sarjassa 96 kg
- Yhteistulos 284 kg 20v sarjassa 96 kg

Valmentaja: Kimmo Ulvas



Hanno Keskitalo (s. 2003)

Sarja +109 kg

Kisaennätykset: 141 + 166 / 307 kg

Kolme EM-mitalia

2021 Yleisen sarjan SM 3. sarjassa +109 kg

2020 alle 17-vuotiaiden PM 1. sarjassa +102 kg

2020 Yleisen sarjan SM 3. sarjassa +109 kg

2020 tempauksen ja työnnön Suomen mestari
alle 20-v ikäluokassa

2020 alle 17-vuotiaiden SM 1. sarjassa +102 kg

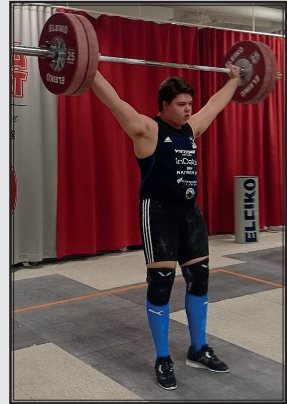
2020 alle 20- ja 23-vuotiaiden SM 2. sarjassa +109 kg

2020 Live IWF Online Cup 7. sarjassa +102 kg

Suomen ennätykset:

- Tempaus 136 kg Pojat alle 17v sarjassa +102 kg
- Työntö 170 kg Pojat alle 17v sarjassa +102 kg
- Yhteistulos 300 kg Pojat alle 17v sarjassa +102 kg

Valmentaja: Ari Moilanen



- 23-vuotiaat -

Sara Tervonen (s. 1998) Varalla

Sarja 81 kg

Kisaennätykset: 67 + 95 / 162 kg

Valmentaja: Ari Moilanen



KUNTOUTUS ON YHTEISTYÖTÄ

LAADUKKAAT TERAPIAPALVELUT

PSYKOTERAPIA • PUHETERAPIA • TOIMINTA-
TERAPIA SEKÄ RATSASTUSTERAPIA

Tutustu tarkemmin palveluihimme
osoitteessa:

www.norther.fi

Ounasvaaran Atleetti Klubin

15- ja 17-v EM-kisajoukkueeseen valitut nuoret

Joukkueeseen valittu myös Saara Siira, Matilda Jauhojärvi ja Konsta Suoniemi

Kaisa Rautio (s. 2007)

Sarja 59 kg

Kisaennätykset: 59 + 75 / 132 kg

2021 alle 15-vuotiaiden SM 2. sarjassa 59 kg

2021 alle 17-vuotiaiden SM 5. sarjassa 59 kg

2021 Yleisen sarjan SM 8. sarjassa 59 kg

2020 alle 15-vuotiaiden SM 2. sarjassa 59 kg

2020 alle 17-vuotiaiden SM 4. sarjassa 59 kg

Valmentaja: Kimmo Ulvas



Hannes Pränni (s. 2006)

Sarja 73 kg

Kisaennätykset: 96 + 116 / 210 kg

2021 alle 15-vuotiaiden SM 1. sarjassa 81 kg

2021 alle 17-vuotiaiden SM 2. sarjassa 81 kg

2020 alle 15-vuotiaiden SM 1. sarjassa 73 kg

2020 alle 17-vuotiaiden SM 2. sarjassa 73 kg

Suomen ennätykset:

- Tempaus 96 kg alle 15v sarjassa 81 kg

Valmentaja: Ari Moilanen



Jonne Akujärvi (s. 2005)

Sarja 96 kg

Kisaennätykset: 105 + 127 / 232 kg

2021 alle 17-vuotiaiden SM 1. sarjassa 96 kg

2020 alle 15-vuotiaiden SM 1. sarjassa 89 kg

2020 alle 17-vuotiaiden SM 2. sarjassa 89 kg

2020 alle 20-vuotiaiden SM 1. sarjassa 89 kg

2020 alle 17-vuotiaiden PM 1. sarjassa 96 kg

Suomen ennätykset:

- Tempaus 101 kg alle 15v sarjassa 96 kg

- Työntö 127 kg alle 15v sarjassa 89 kg

- Yhteistulos 225 kg alle 15v sarjassa 96 kg

Valmentajat: Harri Norberg ja Kimmo Ulvas





OUNASVAARAN ATLEETTI KLUBI RY:N

PIENKERÄYS AJALLE:

23.7. - 8.10.2021

OAK:N LASTEN JA NUORTEN JÄSENTEN HARRASTAMISEN TUKEMISEEN

Keräysnumero: RA/2021/928

Keräysalue: Rovaniemi

**Lahjoituksia otetaan vastaan
kilpailutapahtumien yhteydessä ja**

OAK:n tilille:

FI67 5640 0220 2833 73, viite: 1070





**HYVINVOINTIA LAPPIIN
– SÄHKÖÄ IHMISILLE
JA YRITYKSILLE**

Puh. 016 331 6200 | www.rovakaira.fi

Ounasvaaran Atleetti Klubin seura-asut toimittaa



ROVANIEMI

Koskikatu 25, 96200 Rovaniemi

Puh. 020 762 2630 • www.intersport.fi

MY-INSINÖÖRIT OY
VAHVA RAKENTAJA

Hitsaajantie 4, 96900 Rovaniemi

www.my-insinoorit.fi

www.rakennusliikepesonen.fi

Lapinkävijäntie 3
96100 Rovaniemi

p. 050 528 1629



RAKENNUSLIIKE

JOUKO PESONEN

SÄHKÖTYÖT MATTI TENNILÄ KY

Kaplastie 8 A, 96900 SAARENKYLÄ

Puh. 0400 391 258



Napapiirin Autohuolto
p. 044 331 1234

Napapiirintie 2
96900 Saarenkylä

info@napapiirinautohuolto.fi



ROVALAPPI | Lappia rakentamassa
vuodesta 1982

www.rovalappi.fi

Aittatie 8, 96100 Rovaniemi, toimisto@rovalappi.fi

Puh. 040 130 5560

TKV Catering

Pitopalvelu

Myös soppatykki- ja paellapannupalvelut

Tapio Viitala

Puh. 0400 696 292

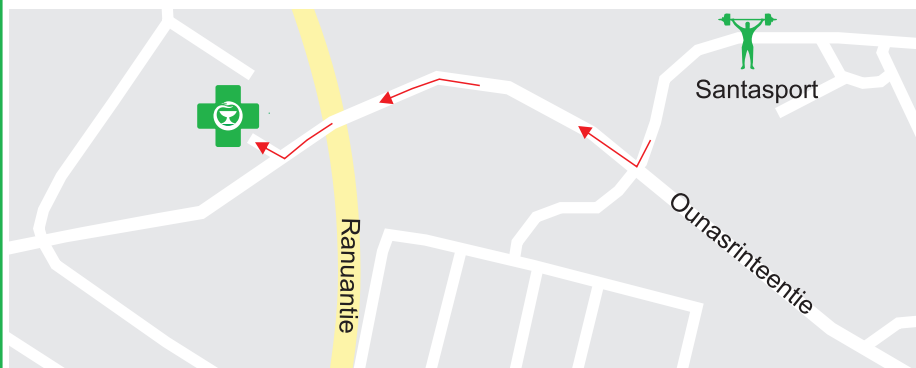
tapsangrillijakioski@pp1.inet.fi



Ounas
APTEEKKI



Meille on helppo tulla!



Ounasvaarantie 15, 96400 Rovaniemi puh. 040 315 6500, www.ounasapteekki.fi

Avoinna ma-pe 8-20, la 9-16



Lämminhenkistä palvelua vuosien kokemuksella

Palvelemme: ma-pe 10-15 ilt. ja viikonl. sop. mukaan

Täyden palvelun hautaus toimisto Rovaniemellä

Hautauspalvelu Luoma-aho Ky

Markku p. 0400 931 774, Janne p. 040 565 8116

Rovakatu 18, www.hautauspalveluluoma-aho.fi

MSL Kemppe Oy
0400-690 831

toimisto@mslkemppe.fi

*Kuvassa oikealla vuoden 2020
parhaan painonnostoseuran
jäseniä voitokkaan
seurajoukkueiden finaalin
jälkeen Tampereella
21.11.2020*



*EM-kisojen pääsihteeri
Marko Keskitalo huoltaa
Eleikon kisalavaa (kuva alla)*



KISA-AREENA VALMIINA KILPAILIJOILLE!



*OAK oli vuoden 2021 SM-kisojen
paras joukkue sekä 15- että
17-vuotiaissa, mutta myös
Masterseissa.*

*Kuvassa valmentajat
Kimmo Ulvas ja Ari Moilanen.*

VÄLITTÄMISTÄ ON

varmistaa, että
jokainen ostaja ehtii
tarjouksellaan mukaan.



TARJOUSKAUPPA



Kiinteistömaailma Rovaniemi
Rovaniemen Kodit Oy LKV
Rovakatu 14, 96100 Rovaniemi
p. (016) 4250 055