

VM bænkpres 2013

Dag 1 – Søndag, Frederik Lund Jensen beretter:

Søndag tog vi til Litauen til VM i bænkpres. Vi tog flyet fra Aalborg kl 7.00 til København. Der ventede vi til kl 12.00.

Vi ankom til Litauen ved 2 tiden og der ventede vi på en der skulle hente os.

Da han kom gik vi ud i bilen og kørte en times tid til vi ankom til hotellet.

Hotellet er rigtig flot og det er nogle rigtig fine værelser vi bor på.

Dag 2 – Mandag, Erika Andersen beretter:

Matti Christensen, Subjunior -59 kg klassen, var første dansker i ilden. Forventningerne var høje og Matti åbnede flot ud med 165 kg – ny verdensrekord. Andet forsøg lød 172,5 – godkendt 3-0, verdensrekorden hævet med +11 kg. 177,5 meldes til tredje forsøg, hvilket desværre blev for tungt. Guld var sikret, og med hele 25 kg ned til nærmeste konkurrent. En rigtig flot præstation, som også viste, at Matti sagtens kan være med i toppen, når han næste år bliver junior.

Kort efter medaljeceremonien for -59 kg klassen begyndte åbningsceremonien. Her ofrede Frederik sig, fordi selvom vi var tre løftere af sted fandtes der kun et helt sæt landsholdsdragt og en ekstra jakke. Det betød, at eftersom Matti først havde haft det på, og jeg nu skulle have det, måtte Matti få Frederiks shorts, så jeg kunne få bukserne. Stakkels Frederik blev derfor efterladt i boksershorts og tilmed et nøglekort til værelset, som ikke virkede. Det slog dog ikke nordjyden ud, som hurtigt fik hentet nyt nøglekort – i boksershorts, mens jeg repræsenterede Danmark - eller "Denmark", som skiltet så flot fortalte.

Frederik Lund, junior -66, var anden dansker, som skulle bide skeer med Eleiko stativet. Frederik var noget nervøs op til start, men åbnede sikkert ud på 145. Andet forsøg lød 152,5, hvilket blev løftet i flot stil.

157,5 – PR + 2,5 kg, blev bestilt i tredje forsøg. Endnu en gang et sikkert og let løft, der sikrede Frederik en 6. plads til hans første internationale stævne.

Efter en bid mad og et bad skulle de flotte præstationer fejres med lokal øl. Den tidligere spændte stemning var nu gået over i munter og lettet, humøret var højt. Det betød, at Matti og Frederik (aka Gøg og Gokke) ivrigt tog diskussionen, om hvor vidt en bygning var et slot eller kirke, om onsdag hed "onsdag" Eller "ånsdag" op endnu en gang. Jo jo, det kan der skam gå en hel del tid med. Morten, Niels, Matti, Frederik og jeg fandt hurtigt en lille bar med billig øl – og en vand til mig. Her gik snakken om løst og fast, bl.a. styrkeløft, en sød servitrice, en stalker og jeg ved ikke hvad. Matti fik sågar sin første "hyggeøl", selvom han ikke var heelt sikker på, om det nu var en hyggeøl. Sådan blev den første rigtige dag afsluttet - i godt selskab og en hulens masse myg.

Dag 3 – Tirsdag, Matti Christensen beretter:

Erika Andersen, Junior -63 kg. klassen, er eneste danske kvinde, som er med til VM Bænk, som også er hendes 1. internationale stævne, hvilket man også kunne mærke på hende. Hun spurgte konstant, "hvornår er det mig", "skal vi ikke til at i gang" osv. Og under opvarmningen gik hun rundt og var utrolig hyper. Erika, med de mange spørgsmål, løftede let 90 kg. i 1. forsøg, som var hendes derværende pr. 2. forsøg lød op 95 kg. som Niels 100 % selv måtte vælge, da Erika simpelthen ikke ville vide hvor meget der skulle løftes i 2. forsøg. Men andet forsøg gik ikke, da højre ærme i trøjen var smuttet for langt op og dermed gjorde at der ikke var nok smæk på i højre side, som man også kan se på hendes løft, hvor hun får strakt venstre arm let, men ikke højre. Derfor bliver trøjen pillet af og sat på igen inden 3. forsøg også på 95 kg. som Erika smadrede op uden problemer godkendt 3-0 og pr. på 5 kg., flot! Erika endte som nr. 6.

Efter Erika havde løftet var vi ude og få noget frokost og kl. 5 var vi alle nede og se Anna Lynge løfte, som løftede for Sverige. Hun blev verdensmester i -52 kg. klassen og fik en rigtig flot verdensrekord på 138 kg. +8 over den tidligere rekord. Ellers stod den på afslapning indtil om aftenen, hvor de 3 lette ungdomsløfter smuttede til "Old Town", som er en gammel bydel 1,5 km. Væk fra Hotellet, og fik noget mad og en velfortjent dessert.

Dag 4 – Onsdag, Jacob Mainz beretter:

Jacob, Allan og undertegnede ankom til hotellet ved middagstid, hvor vi sluttede os til resten af holdet, der var blevet lidt amputeret efter Matti, Frederik og Erika var rejst hjem få minutter forinden. Turen gik fluks til det nærmeste pizzeria, som lå i noget der mindede om en gammel ambassade. Flot var det, og maden var god. Morten var blevet hjemme for at blive vejet ind og gøre sig klar til dagens strabadser.

Konkurrencen i -74kg-klassen var som ventet meget hård. Der blev meldt 180kg på stangen i 1. forsøg til Morten, som desværre kiksede for ham. Den blev dog løftet i overbevisende stil i 2. forsøg. For at vinde en placering, blev der meldt 197.5kg i 3. forsøg. Først troede jeg, at der var tale om en fejl, men det skulle vise sig ikke at være tilfældet. Morten klemmer ganske imponerende de 197.5kg ud i toppen, men får desværre underkendt løftet, da røven lettede fra den lave Eleiko-bænk. Det rakte til en 12.-plads for Morten. Klassen blev vundet af den lille, imponerende japaner Daiki Kodama, der først satte verdensrekord på 265kg. og dernæst forbedrede den med 10kg, hvilket gjorde ham til konkurrencens 3.-bedste på point.

Da Morten var færdig, gik turen til den lokale kro "Smukle", som bla havde harefødder og griseører på menukortet. Så kulinarisk eksperimenterende var vi dog ikke, og holdt os til mere traditionelle retter som grillspyd og bøffer. Især Allan var svært begejstret for deres svinemørbrad, og det blev da heller ikke sidste gang, vi aflagde "Smukle" et besøg.

Dag 5 – Torsdag, Niels Stærkjær beretter:

Efter en større udskiftning i personellet var vi klar til sidste gruppe løftere.

Første mand i aktion var Jacob Mainz. Efter at have misset første gang på 215kg fik han den i anden og vejrtrækning og puls faldt så meget at der igen var ilt til de øvrige i rummet. Vi gik på

222,5kg i sidste løft for ny PR og nedtagningen burde renere med lidt mere vægt på. Uheldigvis "tabte" udløfteren stangen og Jacob fik et hold i ryggen og fik ikke fuldført løftet. Rigtig god international erfaring til Jacob som nok skal levere varen til næste år i Rødby og der forbedrer 6. pladsen. Klassen blev i øvrigt vundet med 285kg af en førsteårs junior russer!

Vi gik ud for at få lidt mad og fandt en hyggelig cafe på den store gågade hvor vi igen kunne konstatere at alt oksekød herovre steges ihjel selvom der ønskes medium-rare. Dette opvejes dog klart af kvaliteten af de forbipasserende unge kvinder.

Vi returnerede til stævnestedet hvor Allan Riis var indvejet og klar. Opvarmning gik som planlagt og Allan åbnede på 255kg som dog landede på maven. Han fik alligevel næsten mast op men ikke helt. Vi hævdede derfor tik 260kg i anden og denne gang fik han et meget bedre træf og løftet blev godkendt. Vi valgte 267,5kg for at forsvare positionen i gruppen under medaljeræset. Allan rammer igen lidt lavt men jeg syntes at positionen ser OK ud og forventer at han får den, men den kommer ikke op. Da alle undtagen en misser deres tredje forsøg ændre det ikke på placeringen og Allan bliver nr. 6. Måske alle de missede forsøg kommer pga Eleiko-bænken som bruges herovre – vi skal nok øve lidt mere på denne lavere bænk højde som har medført problemer for flere af vores løftere.

Vi afslutter aftenen på vores nye favorit pizzeria som gemmer sig i en bygning som ligner partikontoret for Stasi i 40'erne. Det ser i øvrigt ud til at den er normalt af hælde 2dl dressing på en pizza herovre. Efter at have spist pizza og afholdt musikquiz vendte vi hjem til hotellet hvor en fridag venter i morgen før Jacob Stegelmann skal i aktion.

Dag 6 – Fredag, Allan Riis beretter:

Fredag var der "hviledag" for det danske hold. Vi tog på tur til den hyggelige gamle bydel i Kaunas, hvor Jacob Stegelmann fik rig lejlighed til at teste sit nye fine kamera med auto-iso. Efter vandreturen tog vi i Akropolis (Byens store indkøbscenter), der blev nydt en pizza med udsigt til centrets egen skøjtebane, hvor uøvede skøjteløbere kæmpede med at stå på skøjter. Det var sjovt: Dejligt at se, at der findes mennesker som er lige så uferm som én selv og lander på bagdelen en gang imellem ?

Dag 7 – Lørdag, Allan Riis beretter:

Så blev det lørdag, dagen hvor Jacob Stegelmann og de andre store, stærke drenge skulle i kamp. Mens Jacob fik ordnet udstyrstjek vandt svenske Christoffer Öberg 120 kg klassen med overbevisende ny verdensrekord på 320 kg. Jacob havde en fin opvarmning og startvægten på 285 blev fastholdt. De 285 blev nemt løftet og der blev bestilt 292½ til anden forsøget. På vej ind til anden forsøget tilkom der tekniske problemer ved speaker bordet og Jacob måtte løsne håndledsbindene igen, mens det blev fikset. Dette klarede Jacob med et stort smil og efter 5 minutters stævnepause blev håndledsbindene påsat igen og de 292½ blev klaret i overbevisende

stil. Til sidste forsøg blev der bestilt 302½ kg, disse kom desværre ikke helt op denne gang. Amerikanske Jonathan Leo blev vinder af den åbne klasse med ny verdensrekord på 360½ kg.

Stævnet blev afsluttet med den traditionelle banket, hvor årets overraskelse var en stor stævnekage med lys i ?. Stor tak til alle for et super godt VM 2013. Vi glæder os til VM i Rødby 2014.