

Yhden käden painonheitto 2019

Naiset 7,26 kg

1	Asta Kankaala	LepU	13,79	27.4.2019	Nastola
2	Satu Lehtonen	LS	13,21	27.4.2019	Nastola

Miehet 11,88 kg

1	Jarkko Karstila	LS	17,64	27.4.2019	Nastola
2	Jukka Versterinen	LepU	14,19	13.5.2019	Leppävirta
3	Tomi Ollikainen	LepU	12,86	13.5.2019	Leppävirta
4	Seppo Julkunen	LepU	11,72	13.5.2019	Leppävirta

Ikäsarjat Naiset

1	N45 7,26kg	Asta Kankaala	LepU	13,79	27.4.2019	Nastola
2	N45 7,26kg	Satu Lehtonen	LS	13,21	27.4.2019	Nastola
1	N55 5,45kg	Mirja Kokko	LS	19,40	27.4.2019	Nastola
1	N60 4 kg	Kerstin Backman	LS	8,50	27.4.2019	Nastola
1	N70 4kg	Marja Maksimainen	LS	12,89	27.4.2019	Nastola

Ikäsarjat Miehet

1	M35 11,88kg	Tomi Ollikainen	LepU	12,86	13.5.2019	Leppävirta
1	M45 11,88kg	Jarkko Karstila	LS	17,64	27.4.2019	Nastola
2	M45 11,88kg	Jukka Vesterinen	LepU	14,19	13.5.2019	Leppävirta
1	M55 9,08kg	Seppo Julkunen	LepU	15,44	27.4.2019	Nastola

1	M60 7,26 kg	Erkki Saarinen	LS	19,71	27.4.2019	Nastola
1	M65 7,26 kg	Pentti Tamminen	LS	9,20	27.4.2019	Nastola
1	M70 5,45 kg	Esko Talvinen	LS	16,34	27.4.2019	Nastola
2	M70 5,45 kg	Mauri Forsberg	LS	15,05	27.4.2019	Nastola
1	M80 4 kg	Jouni Tenhu	LS	16,17	27.4.2019	Nastola
1	M85 4 kg	Juhani Haurunen	LS	9,71	27.4.2019	Nastola

Lapset / Nuoret