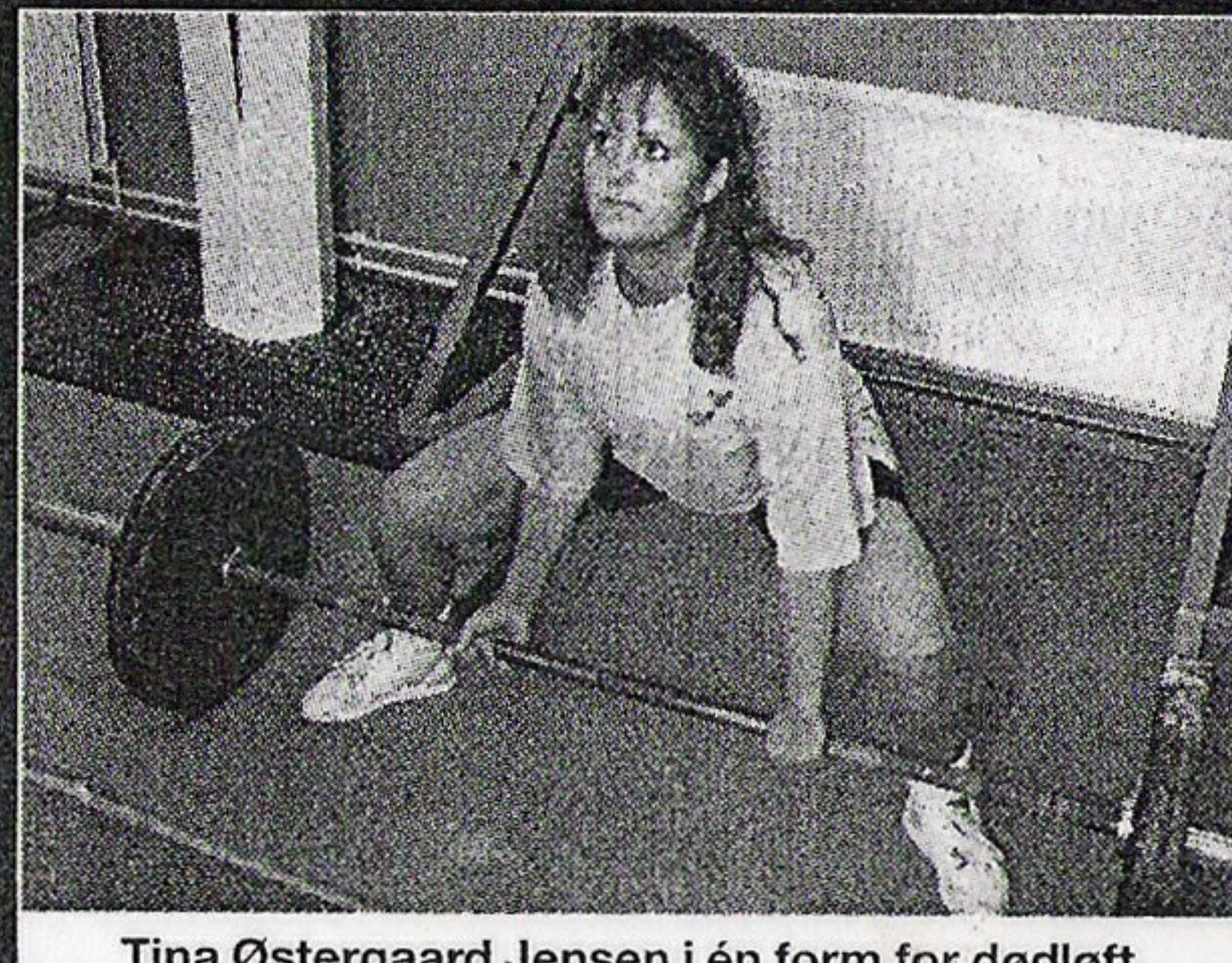


De tre discipliner

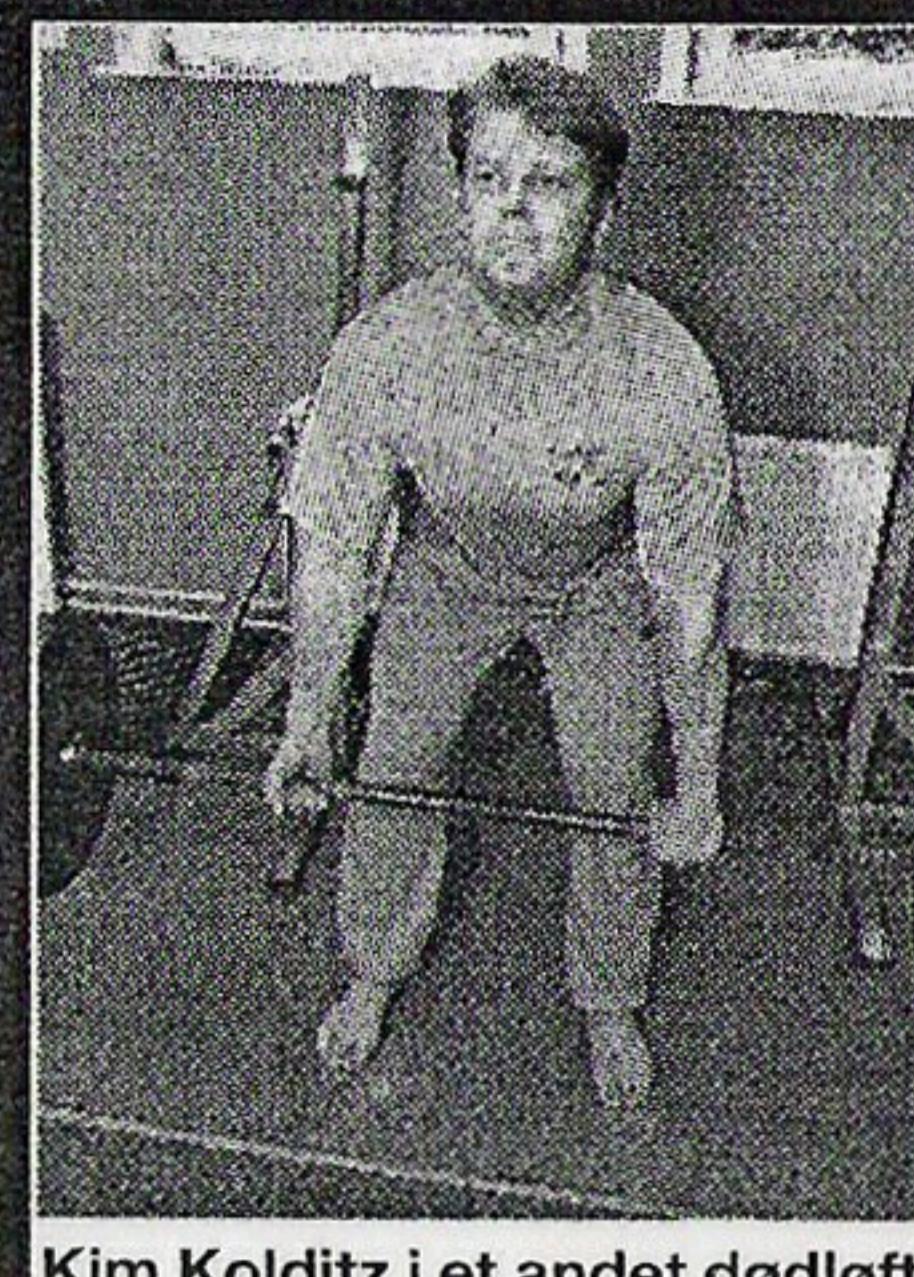
HJØRRING: Styrkesporten består i konkurrencesammenhæng af de tre discipliner squat, dødløft og bænkpres.

Ved stævner går præstationerne i hver disciplin sammen i en tre-kamp.

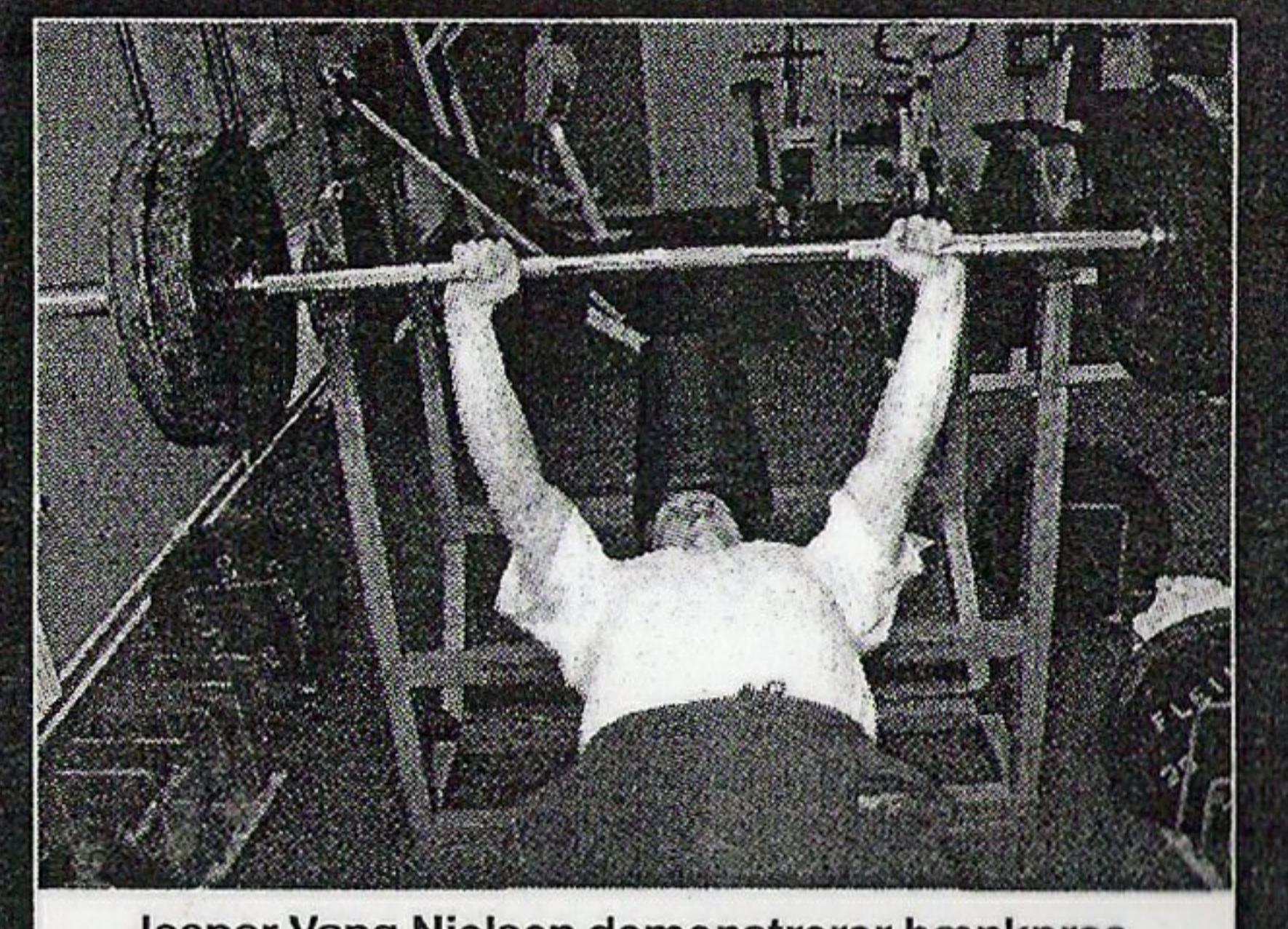
Bænkpres er eneste individuelle konkurrencegren.



Tina Østergaard Jensen i én form for dødløft.



Kim Kolditz i et andet dødløft.



Jesper Vang Nielsen demonstrerer bænkpres.

Piller ingen adgang

Hjørring Styrkesport lever et stille liv i skyggerne af dopingspøgelset

Fotos: Kurt Bering

HJØRRING: - Der er kun én vej, hvis vi finder ulovlige piller hos et af medlemmerne. Og det er ud af vagten!

Ordene falder promte, som var de skudt ud af et maskin gevær, og de kommer med stor overbevisning fra Michael Jakobsen, instruktør i Hjørring Styrkesport.

Styrkesporten - og det gælder både bodybuilding, vægtløftning og styrkeløftning - har om nogen haft svært ved at slide sig fri af en almen opfattelse af, at ikke alle muskler er lige lovlige.

Og ikke uden grund.

Så sent som i sidste uge blev to styrkeløftere fra Frederikshavn Nye Helsecenter udelukket i to år for at bruge ulovlige medikamenter.

Mentale svæklinge

Trots intensive kampagner både på skrift og i tv, så huserer dopingspøgelset alligevel, for der afsløres med jævne mellemrum mentale svæklinge, der ikke har fattet sagens alvor og falder for fristelsen til at spise sig mæt i steroider og andet giftigt stads.

- Men vi gør, hvad vi kan for at holde det væk. Én ting er i hvert fald sikker. Vi tolererer det ikke, fastslår Karsten Laursen, formand i Hjørring-klubben, der lever et stille liv i kælderen under den store bygning på hjørnet af Markedsgade og Parallelvej.

Omkring 50 medlemmer mødes her i tide og utide for at få kroppen trimmet.

Ikke mindst de 20 af klubbens medlemmer, der har licens til at løfte ved stævner og turneringer rundt omkring i landet.

Og efter et par sæsoner for lavt blus er klubben igen begyndt at markere sig.

To jyske mestre i trekamp råder Hjørring Styrkesport over. Lars Sørige i 100 kilo-klassen



Lars Sørige, jysk mester i tre-kamp, har 200 kilo på nakken. De øvrige på billedet fra Hjørring Styrkesport er bagerst fra venstre Jesper Vang Nielsen, Michael Dietz, Jan Horshauge. Siddende fra venstre er det Mette Møller-Christensen, instruktør Michael Jakobsen, Thomas Andersen, Tina Østergaard Jensen, formand Karsten Laursen samt Kim Kolditz.

samt Peter Sørensen i 75 kilo-klassen.

Til Thy Cup

I den kommende weekend drager ti løftere til Thy Cup i Thisted - gennem flere år landets største turnering.

- Vi satser hårdt på holdkonkurrencen, fortæller en af klubbens stærke mænd, Michael Dietz.

- Og så har vi fire debutanter med. Deriblandt Mette Møller-Christensen, supplerer Tina Østergaard Jensen med et nik over mod klubkammeraten, der beskedent indfører, at hun har gode chancer for at sætte nye danske junior-rekorder i bænkpres og squat - eller benbøjning, som det hedder populært.

- Og jeg er sikker på medalje, for vi er kun to i klassen, griner Mette Møller-Christensen, mens hun fortæller, at den anden konkurrent er den tidligere flerdobbelte verdensmester Claudine Cognacq - gift med den danske landstræner.

Internationalt er USA og efterhånden også Rusland de dominerende nationer i styrkeløft-sporten.

Konkurrencepsyke

På det nordiske plan, hvor finnerne dominerer, sakker Danmark endnubagefter.

- Selvfølgelig skal der teknik og styrke til at blive en god styrkeløft. Men det handler også om at have en god konkurrencepsyke, konstaterer formanden med et sigende blik mod VTs udsendte.

Karsten Laursen, der selv er med i Thisted - ikke som aktiv, men som støtte, vejleder og indspiser.

- Tilskuerne ved turneringerne er normalt meget medlevende. Det bliver råbt højt..... og hårdt, griner han.

28. juni afholder Hjørring Styrkesport et sommerstævne for klubbens medlemmer.

Det fungerer samtidig som en slags åbent hus, hvor alle er velkomne til at lægge vejen forbi for at kigge på.

- Som alle andre steder, hvor man kan træne sin krop, betaler man også kontingenget her. Forskellen er bare, at prisen kun er den halve, understreger formanden med et sigende blik mod VTs udsendte.

Kort krop

HJØRRING: - Idelet af en styrkeløft er ikke for høj, har en kort krop og korte lemmer. Og brede hofter, lyder beskrivelsen fra Jan Horshauge fra Hjørring Styrkesport.

Styrkeløft-sporten er delt op i fire grundlæggende alderstrin:

- Ungdom: Op til 19 år.
- Junior: Op til 23 år.
- Senior: Op til 40 år.
- Masters: Tiden efter de 40 år!

