

Sotkamon Visa järjesti 10.10.2009 kansalliset voimanostokisat (Ruskanostot). Kuopion Painonnostajista näihin kisoihin osallistui Arttu Soininen, sarjassa 125 kg. Arttu aloitti kyykyn varmantuntuisesti 260 kg:lla ja kolmella valkoisella hyväksytyllä valolla. Sama jatkui myös toisella 275 kg:lla sekä 285 kg:lla, jonka jälkeen Arttu tuumasi huoltajalleen, Jyrki Koivistolle, että olisko pitänyt laittaa enemmänkin. Penkki sujui myös suunnitelmien mukaan eli yhdeksän valkoista tuloksilla 185,195 ja 200. Ja sitten vielä maastavetokin suunnitellusti , 240, 255 ja 265. Vasta toisissa kisoissa nostanut Arttu saavutti näin ollen yhteistulokseksi 750 kg (285-200-265). Raamikas Arttu nosti kisojen suurimmat raudat niin kuin Sotkamon Visan kisa raportissa todettiin. Huoltajana toimi Jyrki Koivisto, jonka mielestä kaikissa nostoissa oli vielä varaa.

[Tulokset löytyy Suomen voimanostoliiton sivuilta](#) .

