



30. NFE 3-5.10.2025 - Nordic Fitness Expo

Lahden kaupungille & muille sidosryhmille



**Maaailman kovin
kansallinen fitnesskisa!**



FITNESS SM 2025

4.-5. lokakuuta Lahden Messukeskus

Yleisten sarjojen-, juniorien ja mastersien MM-karsinta



BAO

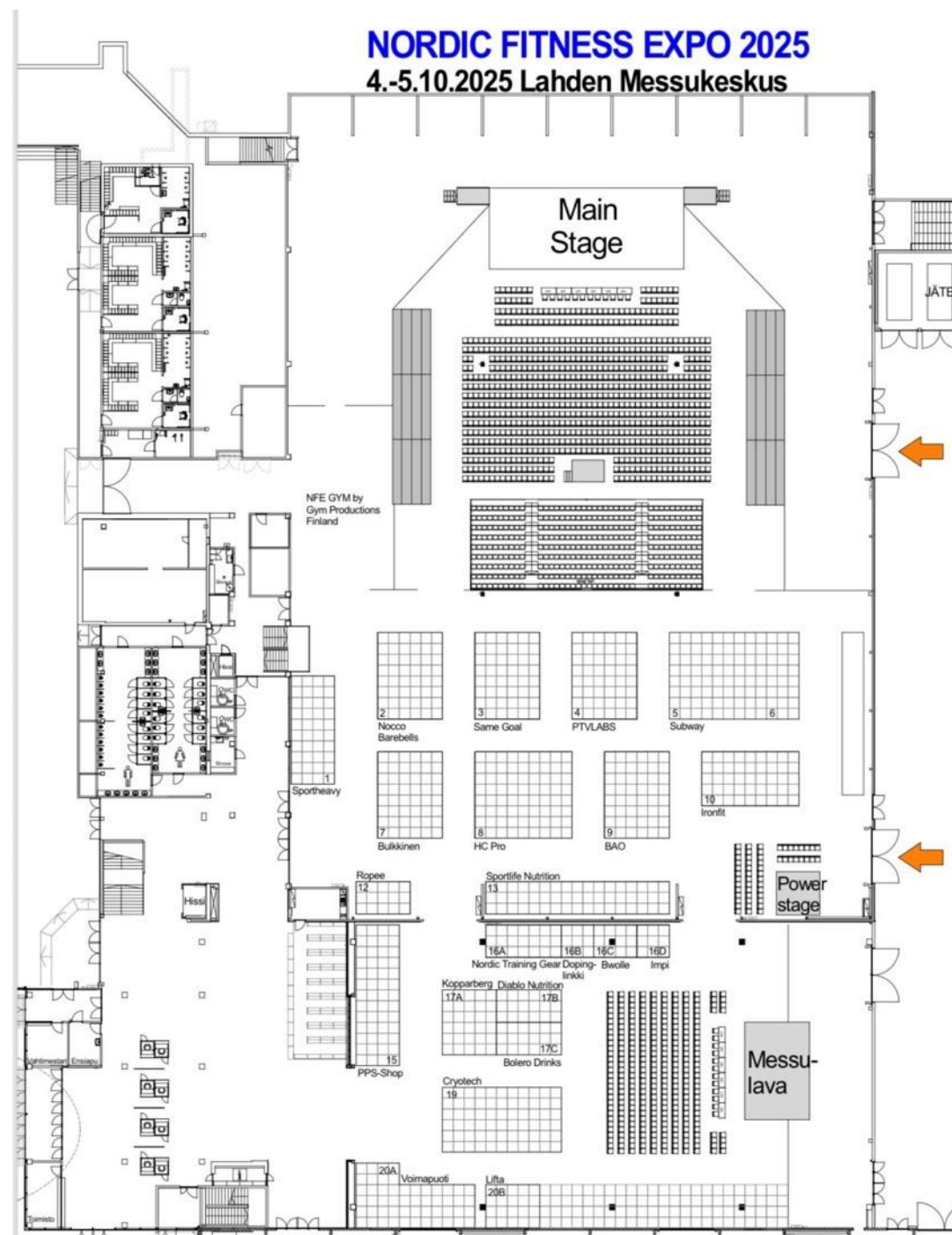


EULKKINEN

CTN.FI

NORDIC FITNESS EXPO 2025

4.-5.10.2025 Lahden Messukeskus





Lahti

NORDIC FITNESS EXPO



NFE 2025

SPORTS LIFESTYLE SINCE 1996

AIKATAULU

LAUANTAI 4. LOKAKUUTA
Messut avoinna 09:00-18:00

Päälava
10:00 Classic Bodybuilding SM
12:00 Men's Physique SM
14:00 Body Fitness SM
18:00 Bull Mentula Classic

Messulava
09:00 Masters- ja juniorien MM-karsinta: Bikini Fitness, Wellness Fitness
12:00 Bull Mentula Classicin mediatilaisuus
13:00 NFE Fitnessmalli
15:00 Mas-Wrestling finaaliottelut
16:00 Toistovoimapunnerruksen SM

NFE 2025

SPORTS LIFESTYLE SINCE 1996

AIKATAULU

SUNNUNTAI 5. LOKAKUUTA
Messut avoinna 09:00-17:00

Päälava
09:00 Artistic & Acrobatic Fitness SM, Women's Physique SM
10:00 Classic Physique SM
12:00 Wellness Fitness SM
14:00 Bikini Fitness SM
17:00 Messut päättyvät

Messulava
09:00 Toistovoimapunnerruksen SM
11:00 Hauiskäännön SM-kilpailu
14:00 Masters- ja juniorien MM-karsinta: Body Fitness, Classic Bodybuilding, Classic Physique, Men's Physique
17:00 Messut päättyvät



NFE tunnuslukuja



Tiimit yli 1000 kilpailijaa ja valmentajaa

- Fitnesslajien SM-kilpailut
- Fitnesslajien MM-karsinnat
- UUTUUS: Bull Mentula Classic
- Hauiskäännön SM-loppukilpailu
- Toistovoimapunnerrus (penkki)
- Mas-Wrestling
- Fitnessmalli

2000+ majoittujaa 2-4 vrk kisakaupungissa.

Aluetalousvaikuttavuus 2+ milj euroa.

10.000 kävijää messuilla.

Tunnelmia NFE 3-5.10. Lahti

Fitnesslajien masters- ja juniorikilpailujen paluu messulavalle oli onnistunut. Kaksi päivää monipuolista ohjelmaa. Messut auki la 9-18 ja su 9-17. Parasta vuosiin.

Päälavalla SM-Fitness ja Bull Mentula Classic.





NFE 2025 Fitnessmallikilpailu



Suora lähetys: Tässä on Fitnessmalli-voittaja!





NFE-messupaikat on nyt
LOPPUUNMYTTY



Hauiskäännön SM-karsinnat 2025

27.4. Pyhtää

28.6. Lahti (Satama)

2.8. Tampere (Ratinan kauppakeskus)

3.8. Kotka (Hyvinvointikeskus Legacy)

15.8. Oulu (Rotuaari)

20.9. Hämeenlinna

NFE 2025 Lahti

Press ennätykset rikki.

ILTALEHTI seurasi 2 vrk & 25h liveinä messulavaa!!

FITNESS JA VOIMAILU

Tässä ovat Fitnessmalli-ehdokkaat – Janni Hussi voitti kisan vuonna 2010

Nordic Fitness Expossa Lahdessa valitaan viikonloppuna Fitnessmalli 2025.



Fitnessmalli-kilpailuun osallistuva Iiris Romo (oik.) on saavuttanut kansainvälistä menestystä fitnessurheilussa. Janni Hussi voitti kilpailun vuonna 2010. Pihla Räsänen osallistuu kisaan tänä vuonna. TOMMI MANKKI / NFE / TOMI TAKAMAA /

FITNESS JA VOIMAILU

Jere Tiihonen kisaa hurjassa lajissa – Paikalla ei pitäisi olla ketään kovempaa: "Kyllä mä uskon"

Hauiskäännön Suomen mestaruus ratkeaa ensi viikonloppuna.



Katso tästä hauiskäännön maksimitoiston vuoden 2024 SM-kilpailun kohokohdat. MIKKO

IL



Iltalehden suora lähetys viikonloppuna

Messulava lauantaina

Klo 09 Masters- ja juniorien MM-karsinta: bikini fitness, wellness Fitness

Klo 12 Bull Mentula Classicin mediatilaisuus

Klo 13 NFE Fitnessmalli

Klo 15 Mas-wrestling finaaliottelut

Klo 16 Toistovoimapunnerruksen SM

Messulava sunnuntaina

Klo 09 Toistovoimapunnerruksen SM

Klo 11 Hauiskäännön SM-kilpailu

Klo 14 Masters- ja juniorien MM-karsinta: Body Fitness, Classic Bodybuilding, Classic Physique, Men's Physique

FITNESS JA VOIMAILU



Katso suorana fitnessviikonloppun tapahtumat!

Iltalehti näyttää suorana lähetyksenä Nordic Fitness Expon kisoja tänä viikonloppuna.



Iltalehti näyttää viikonloppuna laajan kattauksen lajeja Nordic Fitness Exposta. TOMMI MANKKI / NFE



Riku Kerkki
Eilen klo 11:48

Iltalehti näyttää tänä viikonloppuna hurjan määrän kilpailuja suorana lähetyksenä Lahden Nordic Fitness Expon Messulavalta.

Luvassa on fitnesslajien masters- ja junioriluokkien MM-karsintoja bikini fitnessistä kehonrakennukseen. Lisäksi Messulavalla ratkotaan esimerkiksi suuren suosioon nousseen hauiskäännön SM-mitalit.

NFE 2025 Lahti Press



Jenny Karjalainen treenaa kisakaudella salilla noin viisi kertaa viikossa. Kuva: Rami Moilanen / Yle

Karjalainen painottaa, että lajiin kannattaa lähteä vain, jos oma keho- ja syömisikäntä on terveellä pohjalla.

– Valitse hyvä valmentaja ja tee pohjatyo hyvin. Tämä laji vaatii aikaa ja pitkäjänteisyyttä.

Laji on opettanut Jenny Karjalaiselle itsekuria ja oman kehon kuuntelemista. Karjalainen aikoo jatkaa niin kauan kuin siitä nauttii ja kokee saavansa siitä enemmän kuin se vie. Hän muistuttaa antamaan aikaa ihan kaikenlaiselle tekemiselle.

– Sinun ei tarvitse olla heti valmis – anna itsellesi aikaa ja luota, että kehitys tulee matkan varrella.

Fitness SM 2025 järjestetään 4.–5.10. Lahdessa.



Jenny Karjalainen kertoo, että viidentoista vuoden työ salilla on opettanut sekä kärkevää työmoraalia että itseluottamusta. Kuva: Rami Moilanen / Yle



Jenny Karjalainen valmistaa lämpimän ruoan yleensä muutamaksi päiväksi kerrallaan helpottaakseen arkea ja varmistaakseen, että saa varmasti tarpeeksi energiaa ja proteiinia. Kuva: Rami Moilanen / Yle

Lapsena Jenny Karjalainen oli kaikkea muuta kuin esiintyjä. Aikuisena hän on päässyt jännityksestä yli elämäkokemuksen myötä. Sairaanhoidajan työ on voinut auttaa tähän: asiakas kohtaamisissa on paljon ja kehoja pitää ajatella niiden toiminnan kautta.

– En ole mitään muuta vihannut niin paljon kuin esiintymistä koulussa luokan edessä, Karjalainen kertoo.



Karjalaisen kisan kengien korkeus on 11,4 cm ja ne valitaan korostamaan fysiikkaa mahdollisimman hyvin. Kuva: Rami Moilanen / Yle



Kisakunto ja kehon muokkaus rakentuvat vuosien työn ja huolellisen pohjatyon kautta. Kuva: Rami Moilanen / Yle

Kisassa palkitaan tietyn tyyppisestä fysiikasta, lihasmäärästä, kehon muodoista ja esiintymisestä. Karjalainen korostaa, että fitness-lajeissa kehitys on hidasta ja vaatii pitkäjänteistä sitoutumista.

Tämä tarkoittaa sekä treenivuosia että ravitsemuksen opettelua. Viikonloppuna kilpailtavien SM-kisojen jälkeen Jenny Karjalaisen tavoitteena on vuoden 2023 maailmanmestaruuden uusiminen.

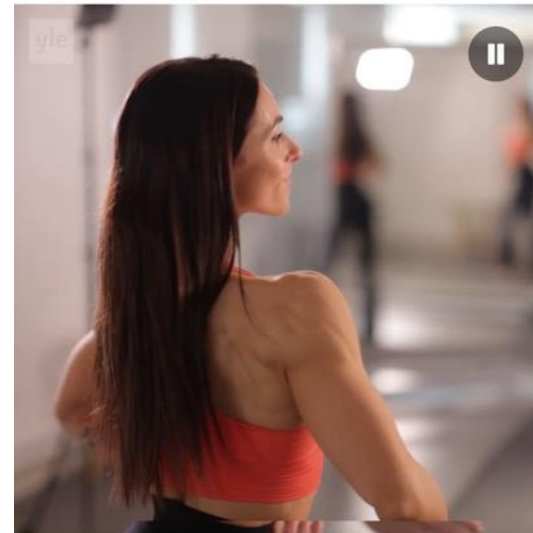


Poseeraaminen vaatii omanlaistaan harjoittelua, jotta liikkeet, asennot ja esiintyminen lavalla muuttuvat automaattisiksi. Kuva: Rami Moilanen / Yle

Urheilu

Yli kymmenen treeniä viikossa ja nälkä päällä – näin maailmanmestari Jenny Karjalainen rakentaa lavakuntoa

MM-tason body fitness -urheilija Jenny Karjalainen tietää, ettei menestys synny hetkessä. Tärkeintä on uskaltaa ottaa ensimmäinen askel, vaikka ei olisi vielä täysin valmis.



Lavalla jokainen lihas on jännitetty – poseeraaminen vaatii tarkkaa keskittymistä. Kuva: Rami Moilanen / Yle

Naisten fitness-lajit

- Bikini fitness
- Wellness fitness
- Body fitness
- Women's physique
- Fit model
- Acrobatic fitness
- Artistic fitness
- Masters-sarjat (yli 35-vuotiaille)



Jenny suunnittelee treeniviikkonsa aina tarkasti vuorotyönsä ympärille. Kuva: Rami Moilanen / Yle

NFE 2025 Lahti Press

Ilkka Pohjalainen

Valitse lehti ▼



Tilaa



Uusimmat Seinäjoki Vaasa Paikalliset Ta

Kimaltavat bikinit, kisarusketus ja poseerausharjoittelua – Fitness-lavalle nouseminen vaatii muutakin kuin punttitreeniä



Bikini fitness näyttölee suurta roolia Venla Vierron arjessa. Kuva: Tomi Kosonen

KAARINA-lehti



Päivän lehti



Tilajat Uutiset Urheilu

Krista Hakala unohti itsensä ruuhkavuosien aikana – nyt 45-vuotias paraislainen loistaa fitnesslavoilla

Tekijä Julian Rauhaniemi - 3.10.2025 | 10:45



Krista Hakala ei haaveillut kilpailemisesta fitnesslajeissa aloittaessaan elämäntapamuutoksen. "Se on tullut kirsikkana kakun päälle", hän kuvailee. Hakala harjoittelee Kaarinan Kuntosalilla. Kuva: Julian Rauhaniemi

AAMULEHTI

Tilaa



Etusivu Uusimmat Lehdet Live Tampere

PIRKANMAA: Nokialaismiehen auto on suorastaan paikallinen nähtävyys

KULTTUURI: Tamperealaisten syksyn suosikkivaate on helppo yhdistää moneen asuun: "Minulla on näitä viisi eriväristä"

MAINOS: Aamulehti ❤️ Tampere! Tampereen päivän kunniaksi Aamulehti tarjoushintaan – vain viikonlopun ajan!

Ihmiset

Tamperelainen sairaanhoitaja päätti toteuttaa unelmansa: nyt hän on fitness-urheilun SM-mitalisti ja tähtää pikajuoksun SM-kisoihin

Kun Johanna Heinijoen pitkä parisuhde päättyi eroon, hän päätti alkaa toteuttaa haaveitaan. Ensimmäinen tamperelainen kilpaili body fitnessissä. Viime kesänä hän hurautti pikajuoksuun. Hän haluaa nähdä, miten hyväksi on mahdollista kehittyä, kun aloittaa 32-vuotiaana nollasta.



★ TILAAJILLE



Heti ensimmäinen kisakausi body fitnessissä löi Johanna Heinijoen ällikällä. Nyt tamperelainen pitää lajissa kilpailemisesta muutaman vuoden taukoa. KUVA: JUKKA RITOLA / AAMULEHTI

Kirsi Teiskonlahti

29.9. 19:00

Aamulehti

TAMPERELAINEN Johanna Heinijoki pakkaa minigrip-pusseihin riisiä ja kanaa. On kesä 2023, ja Heinijoki on lähdössä Tammerfestiin, mutta ei aio poiketa tarkasta kisadieetistään. Hän on harrastanut 1,5 vuotta fitness-



UUSI LAHTI



Etusivu / Lahesta

Ruuhkavuosista elämäntapamuutokseen ja fitness-lavalle 58-vuotiaana – Maarit Tuomi eli pitkään muille ja muita varten



"Kyllästyin omaan olooni, että ei hitsilainen nyt on pakko saada muutosta", kuvaa Maarit Tuomi hetkeä ennen liikunnallisen elämän aloittamista. JANI WALLINIUS

Maarit Tuomi on lyönyt uuden vaihteen silmään valmistautuen fitness-debyyttiinsä.

Kaisa Korkeamäki
1.10.2025 14:00



Ei liene lainkaan tavallista aloittaa uutta urheilulajia kilpa-areenalle tähdäten lähes kuusikymppisenä. Lahtelainen **Maarit Tuomi**, 58, on kuitenkin päättänyt tehdä niin. Hän valmistautuu parhaillaan ensimmäisiin fitness-kisoihinsa, huhtikuussa 2026 koittavaan Fitness Classiciin, lajinaan wellness fitness.



Janni Hussi on kilpaillut nuorena fitnessurheilussa. Kuva vuodelta 2014. TOMI TAKAMAA

Kilpailu tekee nyt paluun välihuosien jälkeen. Ensimmäisen kerran tittelistä kisattiin jo 2003. Mukana on ollut vuosien varrella myös julkisuudesta tuttuja henkilöitä. Esimerkiksi **Janni Hussi** nousi julkisuuteen voitettuaan kisan vuonna 2010. Myöhemmin hän toimi myös kilpailun järjestäjänä. Hussi saavutti myös SM-hopeaa vuonna 2014 bikini fitnessin junioreissa.

Mallina maailmalla



Evangelia Limnios matkustee paljon työnsä puolesta. Hänen yrityksensä tarjoaa VIP-palveluita yrityksille ja yksityisasiakkaille. RIKU KORKKI

ETELÄ-SUOMEN SANOMAT

RO

Pääjutut Luetuimmat Urheilu Talous Ku

Fitnessbuumi on ohi, ja viikonloppuna Lahdessa järjestettävän Nordic Fitness Expon pomo KP Ourama on siitä tyytyväinen

Tänään 7:00



Mas-wrestlingin avoimet Euroopan mestaruuskilpailut järjestettiin expossa viime vuonna ensimmäistä kertaa. MIRJA HUSSAIN

Viikonlopun expo on yhdistelmä uutta, tuttua ja vanhaa. Ykköskilpailuna Fitness SM pitää tuttuun tapaan pintansa päälavalla yli 300 urheilijalla. Fitnessmallikilpailu herätetään henkiin, ja paluuta vanhaan on myös fitnessin juniorien ja mastersurheilijoiden MM-karsinta, mikä tarkoittaa, että fitnessurheilu

ILTALEHTI

HARRI

Etusivu Uutiset Urheilu Viihde Plus Sää Vide

Jääkiekko Jalkapallo Talviurheilu Formulat Ralli Yleis

NORDIC FITNESS EXPO



Suora lähetys | Tässä on Fitnessmalli-voittaja! Ruotsalaismies riisui liikaa mediatilaisuudessa

FITNESS JA VOIMAILU 14:05



Mira Ahola teki huiman muodon muutoksen, Eevi kuuli suorat sanat paljastavasta asustaan – "Eivät tippuisi nilkkoihin"

FITNESS JA VOIMAILU 7:00



Jari "Bull" Mentulan paino nousi 50 kiloa todella lyhyessä ajassa – Paljastaa podcastissa syyn

FITNESS JA VOIMAILU 3.10. 16:50

ILTALEHTI TILAA PLUS KIRJAUUDU

Etusivu Uutiset Urheilu Viihde Plus Sää Vide

Jääkiekko Jalkapallo Talviurheilu Formulat Ralli Yleis

JUURI NYT IS: Tämä tuote poistuu K-kaupoista ensi viikolla

JUURI NYT Suora lähetys: Tässä ovat bikini fitness -voittajat!

PLUS Yksi hetki vei Jere Karalahden pimeälle puolelle – Kaikki alkoi jo lapsena



FITNESS JA VOIMAILU

Mira Ahola teki huiman muodonmuutoksen, Eevi kuuli suorat sanat paljastavasta asustaan – "Eivät tippuisi nilkkoihin"

Iltaalehti seuraa myös tänä viikonloppuna tapahtumia Nordic Fitness Expossa.



Eevi Seikkula joutui vaihtamaan vapaaohjelmansa asua viime hetkellä. Melina Keltaniemi (yläkuvasa oik.) aloitti nousunsa maailman huipulle vuonna 2016. Mika Nyssölä on kehonrakennuksen suomalaislegenda.

Riku Korkki
Tänään klo 7:00

Iltaalehti raportoi tänä viikonloppuna tuttuun tapaan Lahden Nordic Fitness Exposta. Kyseessä on jo kymmenes perättäinen vuosi, kun Iltaalehti on tapahtumassa paikalla kaikkina kisapäivinä.

NFE 2025 Lahti Press

FITNESS JA VOIMAILU

Bikini fitnessissä loistanut Vera teki pysäyttävän paljastuksen: "Olin silloin 14-vuotias"

Vera Hedman voitti nuorimpien junioreiden sarjan Nordic Fitness Expossa.



Vere Hedman lavalla bikini fitnessin juniorisarjassa. HENRI KÄRKKÄINEN



Tässä on uusi Fitnessmalli-voittaja – "Haluan olla esikuvana"



liris Romo voitti Fitnessmalli-kilpailun Nordic Fitness Expossa Lahdessa.
TUOMAS HÄMÄLÄINEN

JULKAISTU 35 MINUUTTIA SITTEN



TUOMAS HÄMÄLÄINEN, LAHTI
tuomas.hamalainen@mtv.fi
@TuoHamalainen

Välivuotta kisaamisesta pitänyt artistic fitness -tähti liris Romo, 20, päätti lähteä Fitnessmalli-kilpailuun ja vei voiton kotiin Nordic Fitness Expossa Lahdessa.

Viikonlopun menovinkit: Melkoisen leppoisaa viikonloppu on tulossa – tässä ESS:n menovinkit

Fitnessbuumi on ohi, ja viikonloppuna Lahdessa järjestettävän Nordic Fitness Expon pomo on siitä tyytyväinen

[Etusivu](#) / [Urheilu](#)

Vain tilaajille

Bodareita isoin ja vielä isommin lihaksin, Fitness Expossa on mistä valita



Classic bodybuildingissa määrätään yläpaino suhteessa pituuteen. Keskellä alle 175-senttisen Suomen mestari Besmellah Mardani. MIRJA HUSSAIN

Liitoista vapaa Bull Mentula Classic toi kehonrakennuksen takaisin Nordic Fitness Expoon. Fitnessurheiluliiton SM-kisat pitävät silti pintansa.

Suvi Lempinen
Tänään 19:33



Kehonrakennus teki lauantaina paluun seitsemän vuoden jälkeen Nordic Fitness Expoon kaikista liitoista vapaassa Jari "Bull"

TÄHTIJUTTU: Kalervo Kummola elää nyt elämänsä parhaita vuosia - kertoo päätöksestä, joka muutti paljon

TÄHTIJUTTU: Tampereella kuvattu tv-sarja tuomittiin "miljoonaflopiksi" - Nyt tekijät saavat valtavan määrän fanipostia

MAINOS: Aamulehti ❤️ Tampere! Tampereen päivän kunniaksi Aamulehti tarjoushintaan – vain viikonlopun ajan!

Ihmiset

Gramman tarkkuudella mitattu elämä: pirkanmaalainen fitness-kisaaja vie kehonsa äärirajoille

Valkeakoskelainen Tony Linkohaka, 29, valmistautuu uransa tähän mennessä suurimpaan koitokseen fitnessin SM-kisoissa. Nyt hän kertoo, miltä tuntuu elää kehossa, jossa ei ole juuri lainkaan rasvaa ja nälkä on jatkuva seuralainen.



★ TILAAJILLE



Valkeakoskelainen Tony Linkohaka valmistautuu ensimmäisiin fitnessin ja bodybuildingin SM-kisoihinsa, jotka pidetään Lahdessa 4.-5. lokakuuta 2025. KUVA: PETRI MARKKANEN VALKEAKOSKEN SANOMAT

NFE 2025 Lahti Press

FITNESS JA VOIMAILU

Jenny teki häikäisevän muutoksen – Tältä näyttää maailmanmestarin vartalo: "Ei mennyt yhtään"

Jenny Karjalainen voitti body fitnessin SM-kokonaiskisan.



Jenny Karjalainen (numero 59) lavalla muiden body fitnessin pituusluokkien voittajien kanssa. NORDIC FITNESS EXPO



– Olin silloin 21-vuotias. Leukoja ei mennyt yhtään. Valmentajani lupasi minulle aikoinaan pullakahvit, jos joskus saan vedettyä kymmenen leukaa. Nuo pullakahvit on lunastettu.

– Vuoden 2015 kuvassa fysiikkani on enemmän sellainen kuntosalipohjainen. Vuonna 2018 aloitin sitten tavoitteelliseen treenaamiseen, ensimmäisen kerran lavalle vuonna 2021 noussut Karjalainen kertoo.



Jenny Karjalainen voitti Lahdessa kaikkien pituusluokkien välisen SM-kokonaiskisan. ROBIN4LIFE PRODUCTION



9 °C
Helsinki



Tällainen lihaskimppu vei "Bull" Mentulan nimikkokilpailun – kuva suomalaislegendasta ällistytti nuorta virolaispoikaa



Tältä näytti Bull Mentula Classicin raskaassa sarjassa. Virolaisvoittaja Martin Edovald toisena oikealla.

JULKAISTU 22 MINUUTTIA SITTEN



TUOMAS HÄMÄLÄINEN, LAHTI
tuomas.hamalainen@mtv.fi
@TuoHamalainen

Jari "Bull" Mentulan uuden nimikkokilpailun Bull Mentula Classicin kokonaisvoitto meni virolaiselle lihaskimpulle. Martin Edovald muistaa elävästi ensimmäisen kerran, kun hän on nähnyt suomalaislegendan kuvan.



9 °C
Helsinki



Jari "Bull" Mentula ei vähästä kehuja jakele. Martin Edovald oli ne ansainnut. TUOMAS HÄMÄLÄINEN



9 °C
Helsinki



Martin Edovald (toinen oikealla) otti yleisönsä. TUOMAS HÄMÄLÄINEN



Edovald (oikealla) arvotettiin Bull Mentula Classicin eri sarjojen voittajista parhaaksi. TUOMAS HÄMÄLÄINEN

NFE 2025 Lahti Press

FITNESS JA VOIMAILU

Hurja kuva: Jennillä on poikkeuksellinen ominaisuus: "On ollut pienestä asti"

Jenni Mäenpää voitti oman pituusluokkansa body fitnessin SM-kisoissa.



Jenni Mäenpää voitti body fitnessissä oman pituusluokkansa. NORDIC FITNESS EXPO



Riku Korkki

Tänään klo 7:06

Lahti



Jenni Mäenpää on MM-hopeamitalisti.
ROBIN4LIFE PRODUCTIONS]



Seuraa suoraa lähetystä Lahden Nordic Fitness Expon Messulavalta tästä. HENRI KÄRKÄKÄINEN

Liveseuranta Uusin ensin Vanhin ensin

11:57
Seuraavaksi on miesten vuoro. Nyt kilpailu käydään aina vuorotellen painoluokkaa kerrallaan. Kilpailun aloittaa alle 80 kilon painoluokka.

11:52
Laura Peippo yrittää 50 kiloa, mutta ei valitettavasti onnistu. Naisten kilpailun kovimmat tulokset merkitään Peipon ja Laura-Maija Suur-Askolan nimiin, jotka nostivat molemmat 47 kiloa.

Peippo kilpailee naisten yli 70 kiloisten sarjassa ja Suur-Askola alle 70 kiloisten sarjassa, joten molemmille merkitään Suomen ennätykset kyseisiin painoluokkiin.

11:51
Laura-Maija Suur-Askola nousee lavalle ja nostaa niin ikään 47 kiloa!

Suur-Askola nousee jakamaan Suomen ennätystä Peipon kanssa.

11:48
Jälleen uusi Suomen ennätys
Peippo onnistuu ja tämä on jälleen uusi Suomen ennätys!



HENRI KÄRKÄKÄINEN

11:47
Laura Peippo tulee lavalle yrittämään 47 kiloa.

11:46
Kati Jokinen nousee yrittämään niin ikään 46 kiloa.
Onnistuessaan tämä olisi ollut Suomen ennätys, mutta selkä irtaasi seinästä, eikä suoritusta lasketa.

11:43
Suur-Askola onnistui! Hän parantaa Suomen ennätystä kilolla. Hänellä on kolme onnistunutta vetoa, joten hän saa vielä ylimääräisen suorituksen, jolla hän voi yrittää vielä parantaa ennätystään.

ILTALEHTI

HARRI

Etusivu Uutiset Urheilu Viihde Plus Sää Vide

NORDIC FITNESS EXPO



Hurja kuva: Jennillä on poikkeuksellinen ominaisuus: "On ollut pienestä asti"

FITNESS JA VOIMAILU 7:06



Jenny teki häikäisevän muutoksen – Tältä näyttää maailmanmestarin vartalo: "Ei mennyt yhtään"

FITNESS JA VOIMAILU
4.10. 21:47



Suora lähetys | Suomen ennätyksiä syntyy kuin liukuhihnalta – Jere Tiihonen hamuaa revanssia

FITNESS JA VOIMAILU 11:49

NFE 2025 Lahti Press

IL



MM-kisat päätavoite



Jenni Mäenpää kisaa body fitnessissä, joka vaatii enemmän lihasta kuin bikini fitness. ROBIN4LIFE PRODUCTIONS]

IL



Suvi Kaukainen kertoo, että hän on saanut paljon kannustusta omassa työyhteisössään. ROBIN4LIFE PRODUCTIONS



ILTALEHTI



FITNESS JA VOIMAILU

Suvi teki käsittämättömän muodonmuutoksen – Nämä kuvat olivat viimeinen niitti: "Näytänkö oikeasti tuolta"

Suvi Kaukainen teki hämmästyttävän suorituksen Nordic Fitness Expossa.



Suvi Kaukainen (numero 73) saavutti SM-pronssia oman pituusluokkansa yleisessä sarjassa body fitnessissä. NORDIC FITNESS EXPO



Riku Korkki

Tänään klo 13:12

Lahti



11 °C
Helsinki



Suomalainen fitnessstähti palasi lavalle – valtava muodonmuutos: "Isommat ja kireämmät kuin koskaan"



Body fitnessin pituusluokkien Suomen mestarit lavalla, Jenni Mäenpää vasemmalla.

JULKAISTU 05.10.2025 08:47



TUOMAS HÄMÄLÄINEN, LAHTI

tuomas.hamalainen@mtv.fi

@TuoHamalainen

Jenni Mäenpää oli jo ennestään voittanut kolme body fitnessin Suomen mestaruutta. Nyt tuli yksi lisää – vieläpä huikeasti kehittyneenä.



Suvi Kaukainen kilpaili erittäin kovatasoisessa body fitnessin pituusluokassa. ROBIN4LIFE PRODUCTIONS

Hän myös haluaa jakaa kokemuksensa ihmisten suhtautumisesta lajiin.

– Moni ajattelee, että fitnessurheilijaa katsotaan kieroön, mutta ainakin omassa työyhteisössäni ovat keski-ikäiset naiset ovat antaneet minulle

Hauiskäännössä jysähti hirmuinen Suomen ennätys – "Kyllä minä oletin, että enemmän menee kuin viime vuonna"



Katso tästä Riku Paalanen hurja SE-hauiskääntö: 87,5 kiloa.

JULKAISTU 20 MINUUTTIA SITTEN



TUOMAS HÄMÄLÄINEN, LAHTI
tuomas.hamalainen@mtv.fi
@TuoHamalainen

Riku Paalanen nosti hauiskäännön miesten Suomen ennätykseksi kerrassaan hurjat 87,5 kiloa.

14:52
45–49-vuotiaiden finaali
Seuraavana vuorossa 45–49-vuotiaiden finaali. Kilpailussa ovat mukana Kristiina Nummela (74), Suvi Kaukainen (75), Katarina Tunturi (76), Katri-Helena Rönkkö (77), Marina Karlsson (78) ja Kaisa Koski (79).

14:42
40–44-vuotiaiden finaali
35–39-vuotiaiden finaali on käyty ja seuraavaksi lavalle saapuu 40–44-vuotiaiden finaali.
Finaalissa kilpailee Kristiina Koivusalo (62), Sirpa Polvi (64), Johanna Virtaniemi (66), Susanna Niemi (67), Mila Tuominen (68) ja Ann-Mari Paavilainen (70).



HENRI KÄRKKÄINEN

14:34
Näin saatiin 40–44-vuotiaiden alkukilpailu taputeltua. Seuraavaksi lavalle nousee 35–39-vuotiaiden finaali.
Sarjassa on kolme kilpailijaa: Viivi Rouniola (58), Mia Halmesmäki (59) ja Essi Ikalainen (60).



HENRI KÄRKKÄINEN

14:23
Seuraavaksi lavalle nousee body fitness masters ikäluokan 40–44 alkukilpailu.



HENRI KÄRKKÄINEN

14:15
Body fitness juniorit lavalle
MM-karsinnat polkaistiin käyntiin body fitness -junioilla. Lavalla nähtiin 16–20-vuotiaat ja 21–23-vuotiaat.

Lavalla nähtiin Roosa Pulkkinen, Aino Stirkinen ja Sonja Hakala.



HENRI KÄRKKÄINEN

Etusivu Uutiset Urheilu Viihde Plus Sää Vide

JUURI NYT Suora lähetys: Body fitness -tähdet Lahden lavalla – Jere Tiihonen teki SE:n hauiskäännössä

JUURI NYT Jere Tiihonen täryytti hurjan tuloksen – Astui lavalta ja teki paljastuksen: "Aavistuksen ylimielinen"

PLUS Yhä useammalla suomalaisella on edessä kallis perintöpommi – Näin vältät



Tiihonen rikkoi ennätyksen



Uusi järjestelmä lentokentällä



Juhon voltti meni pieleen



Uppi ilma

NFE 2025 Lahti Press

IL



Voimamieslegenda Riku Kiri jakoi palkinnot. HENRI KARKKAINEN

Tiihosta hän kehui kovaksi vastustajaksi.

– Jeren treenivideoiden perusteella tiesin, että hänellä on pieni etumatka.

IL



Tänä vuonna meno olikin sitten huimaa. Tiihonen teki neljä onnistunutta nostoa alle 90 kilon sarjassa. Kaksi viimeistä, 77,5 kiloa ja 80 kiloa, olivat molemmat uusia Suomen ennätyksiä.



Jere Tiihonen palasi mestariksi hauiskäännössä. HENRI KARKKAINEN

Suuria paineita hän ei silti tuntenut.

– Yllättävän rennosti pystyin suorittamaan. Rennommin kuin viime vuonna. Kerran viikossa treenasin käsiä valmistautuessani. Ihan lyhyitä sarjoja, Tiihonen kertoi.

FITNESS JA VOIMAILU



Jere Tiihonen täräytti hurjan tuloksen – Astui lavalta ja teki paljastuksen: "Aavistuksen ylimielinen"

Jere Tiihonen voitti SM-kultaa hauiskäännössä uudella Suomen ennätyksellä.



Jere Tiihonen rikkoi Suomen ennätyksen 80 kilon tuloksellaan. HENRI KÄRKÄINEN



Riku Korkki

Tänään klo 14:48

📍 Lahti

NFE 2025 Lahti Press



IL: Cheekin veli yllätti!



Jere nappasi Suomen ennätyksen haltuunsa.



Silja Planting
5.10.2025 16:30

Aiemmin artistinimellä Cheek tunnetun **Jare Tiihosen** kaksoisveli **Jere Tiihonen**, 43, on rikkonut tänään 5. lokakuuta Suomen ennätyksen.



paras!

Venla Vierto voitti bikini fitnessin SM-kokonaiskisan Lahdessa.



Numerolla 190 kisannut Venla Vierto voitti bikini fitnessin SM-kokonaiskisan. NORDIC FITNESS EXPO



Riku Korkki
Tänään klo 17:32
Lahti

Venla Vierto voitti jo kolmannen kerran urallaan kaikkien pituusluokkien välisen bikini fitnessin SM-kokonaiskisan Nordic Fitness Expossa Lahdessa.

Luitko jo tämän: Lahtelaisravintola ehti toimia kolme kuukautta, myynti ei kattanut edes pakollisia kuluja

Tajja Kattelus ja Annukka Masalin ovat asuneet jo yli kolme vuotta asuntovaunussa

[Etusivu](#) / [Urheilu](#)

Vain tilaajille

"Tämä on kaikkea muuta, kuin glitteriä ja hyvää ulkonäköä" – Nordic Fitness Expon viimeinen päivä täytti Lahden Messukeskuksen



Krista Eriksson (oikealla) palasi kisaamaan vuosien tauon jälkeen ja saavutti bikini fitnessin SM-kilpailussa neljännen sijan. MIRJA HUSSAIN

Messujen päälavalla jaettiin eri fitness-lajien SM-mitaleita. Mukaan messuille mahtui myös yllättäväkin laji.

[Ville Manninen](#)
Tänään 18:57



Nordic Fitness Expossa vietettiin sunnuntaina tapahtuman päätöspäivää. Päälavalla SM-mitaleista miteltiin classic physiquessa, wellness fitnessissä



Edellisen kerran Venla Vierto oli SM-kokonaiskisan ykkönen vuonna 2023. ROBIN4LIFE PRODUCTIONS



Venla Vierto pääsi tuulettamaan SM-kokonaiskisan voittoa jo kolmatta kertaa. ROBIN4LIFE PRODUCTIONS



Susanna Perälä voitti wellness fitnessin SM-kokonaiskisan. ROBIN4LIFE PRODUCTIONS

Karjalaisen ruskakuvakilpailu on täällä taas! – Nappaa kuva ja osallistu

[Mielitkö ruskaretkelle? – Karjalainen esittelee yli 50 luontopolkua maakunnasta](#)

[Etusivu / Urheilu](#)

Kättilön tiukka puristus – Tuulia Aula on treenannut itsensä fitnessurheilun maailman huipulle kolmivuorotyön ohessa



Tuulia Aula (edessä) voitti sarjansa kultamitalin jo toisen kerran. HEIKKI SAUKKOMAA / LEHTIKUVA

[Vertti Suominen / STT](#)
Tänään 19:46

Kättilö ja sairaanhoitaja Tuulia Aula on laittanut kroppansa niin tikkiin, että hän pääsi juhlimaan bikinifitnessin kultamitalia Lahden SM-kisoissa.

169-senttisten sarjassa kilpaileva Aula juhli SM-kultaa toista kertaa. Saavutus olisi suuri kenelle tahansa,

Miltä syksy näyttää Hämeenlinnan seudulla? Jaa oma syyskuvasi

[Etusivu / Urheilu](#)

Kättilön tiukka puristus – Tuulia Aula on treenannut itsensä fitnessurheilun maailman huipulle kolmivuorotyön ohessa



Tuulia Aula (edessä) voitti sarjansa kultamitalin jo toisen kerran. HEIKKI SAUKKOMAA / LEHTIKUVA

[Vertti Suominen / STT](#)
Tänään 19:46

Kättilö ja sairaanhoitaja Tuulia Aula on laittanut kroppansa niin tikkiin, että hän pääsi juhlimaan bikinifitnessin kultamitalia Lahden SM-kisoissa.

169-senttisten sarjassa kilpaileva Aula juhli SM-kultaa toista kertaa. Saavutus olisi suuri kenelle tahansa, mutta erityisesti kolmivuorotyöntekijälle SM-kulta on erityinen saavutus.

Kättilön tiukka puristus – Tuulia Aula on treenannut itsensä fitnessurheilun maailman huipulle kolmivuorotyön ohessa



Tuulia Aula (edessä) voitti sarjansa kultamitalin jo toisen kerran. LEHTIKUVA / HEIKKI SAUKKOMAA

STT

0

U

S

Kättilö ja sairaanhoitaja Tuulia Aula on laittanut kroppansa niin tikkiin, että hän pääsi juhlimaan bikinifitnessin kultamitalia Lahden SM-kisoissa.

169-senttisten sarjassa kilpaileva Aula juhli SM-kultaa toista kertaa. Saavutus olisi suuri kenelle tahansa, mutta erityisesti kolmivuorotyöntekijälle SM-kulta on erityinen saavutus.

– Keväältä olen jatkanut kisakautta, niin saa olla ylpeä, että kroppa ja mieli ovat kestäneet tähän asti, Aula sanoi STT:lle sunnuntain kisan jälkeen.

NORDIC FITNESS EXPO



Tässä on bikini fitnessin paras!

[FITNESS JA VOIMAILU](#) 17:32



Jere Tiuhonen täräytti hurjan tuloksen – Astui lavalta ja teki paljastuksen: "Aavistuksen ylimielinen"

[FITNESS JA VOIMAILU](#) 14:48



Hurja kuva: Jennillä on poikkeuksellinen ominaisuus: "On ollut pienestä asti"

[FITNESS JA VOIMAILU](#) 7:06

Venla voitti bikini fitnessin ison potin – "Tuntuu ihan uskomattomalta"



Bikini fitnessin Suomen mestarit lavalla. Kokonaisvoittaja Venla Vierto toisena vasemmalta.

JULKAISTU 45 MINUUTTIA SITTEN

U

B



TUOMAS HÄMÄLÄINEN, LAHTI
tuomas.hamalainen@mtv.fi
@TuoHamalainen

Venla Vierto kruunattiin jälleen bikini fitnessin SM-kilpailujen kokonaisvoittajaksi. Siinä onnistumista fitnessstähti ei pitänyt lainkaan itsestäänselvyytenä.



Jere Tiihoselta hurja hauistulos – "ylimielinen video" sai mennä julki: "En vielä kehdannut"



Rauta tottelee, kun Jere Tiihonen hauiskääntää – näin syntyi 80 kilon tulos.

JULKAISTU 05.10.2025 20:06
JULKAISTU 05.10.2025 20:06



TUOMAS HÄMÄLÄINEN, LAHTI
tuomas.hamalainen@mtv.fi
@TuoHamalainen

Jere Tiihonen palasi viime vuoden pettymyksen jälkeen SM-kultakantaan hauiskäännössä. 80 kiloa oli 90-kiloisten painoluokan kovin rauta.

STT

Kättilön tiukka puristus – Tuulia Aula on treenannut itsensä fitnessurheilun maailman huipulle kolmivuorotyön ohessa

STT - 5.10.2025 | 18:44



Kättilö ja sairaanhoitaja Tuulia Aula on laittanut kroppansa niin tikkiin, että hän pääsi juhlimaan bikinifitnessin kultamitalia Lahden SM-kisoissa.

169-senttisten sarjassa kilpaileva Aula juhli SM-kultaa toista kertaa. Saavutus olisi suuri kenelle tahansa, mutta erityisesti kolmivuorotyöntekijälle SM-kulta on erityinen saavutus.

Luitko jo tämän: Lahtelaisravintola ehti toimia kolme kuukautta, myynti ei kattanut edes pakollisia kuluja

Taija Kattelus ja Annukka Masalin ovat asuneet jo yli kolme vuotta asuntovaunussa

[Etusivu / Urheilu](#)

Kättilön tiukka puristus – Tuulia Aula on treenannut itsensä fitnessurheilun maailman huipulle kolmivuorotyön ohessa



Tuulia Aula (edessä) voitti sarjansa kultamitalin jo toisen kerran. HEIKKI SAUKKOMAA / LEHTIKUVA

Vertti Suominen / STT

Tänään 19:46

Kättilö ja sairaanhoitaja Tuulia Aula on laittanut kroppansa niin tikkiin, että hän pääsi juhlimaan bikinifitnessin kultamitalia Lahden SM-kisoissa.

Lähiökapakka Hunterin on pakko lopettaa Peeässä suunnitelmien tieltä Kuopion Neulamäessä – Omistaja: "Kusivat nilkoille täysin"

Sadan vuoden takainen Kuopio sai värin – ja tältä se näyttää

[Etusivu / Urheilu](#)

Kättilön tiukka puristus – Tuulia Aula on treenannut itsensä fitnessurheilun maailman huipulle kolmivuorotyön ohessa



Tuulia Aula (edessä) voitti sarjansa kultamitalin jo toisen kerran. HEIKKI SAUKKOMAA / LEHTIKUVA

Vertti Suominen / STT

Tänään 19:46

Kättilö ja sairaanhoitaja Tuulia Aula on laittanut kroppansa niin tikkiin, että hän pääsi juhlimaan bikinifitnessin kultamitalia Lahden SM-kisoissa.

169-senttisten sarjassa kilpaileva Aula juhli SM-kultaa toista kertaa.

Luitko jo tämän: Kun TTK-tähti Lakko saapuu Jämsään äitinsä luokse, Alhojärvellä aletaan puhua thaikieltä ja laitetaan riisit kiehumään

Uusin Asumisen paikka on julkaistu – lue näköislehti maksutta

[Etusivu / Urheilu](#)

Kättilön tiukka puristus – Tuulia Aula on treenannut itsensä fitnessurheilun maailman huipulle kolmivuorotyön ohessa



Tuulia Aula (edessä) voitti sarjansa kultamitalin jo toisen kerran. HEIKKI SAUKKOMAA / LEHTIKUVA

Vertti Suominen / STT

Tänään 19:46

Kättilö ja sairaanhoitaja Tuulia Aula on laittanut kroppansa niin tikkiin, että hän pääsi juhlimaan bikinifitnessin kultamitalia Lahden SM-kisoissa.

169-senttisten sarjassa kilpaileva Aula juhli SM-kultaa toista kertaa. Saavutus olisi suuri kenelle tahansa.



Ämmän Voimaa edustava kajaanilainen Pekka Kulju voitti toistovoimapunnerruksen SM-kultaa lauantaina. Hopeaa otti Tomi Raitto ja pronssia Juha Sutinen. Kuva: Toivo Palo

Kajaanilainen Pekka Kulju saunoi illan ja aamun ja punnersi sitten SM-kultaa: "En ollut todellakaan parhaassa kunnossa"

"Penkki-Pekka" Kulju voitti toistovoimapunnerruksen SM-kisat Lahdessa.

Tiina Suutari
Kainuun Sanomat

Matilda Seppänen loistaa lentopallossa – ainoana kainuulaisena aluejoukkueeseen

SYYSTARJOUS 🍌 Katso ja tilaa tästä »

Urheilu



Ämmän Voimaa edustava kajaanilainen Pekka Kulju voitti toistovoimapunnerruksen SM-kultaa lauantaina. Hopeaa otti Tomi Raitto ja pronssia Juha Sutinen. Kuva: Toivo Palo

Kajaanilainen Pekka Kulju saunoi illan ja aamun ja punnersi sitten SM-kultaa: "En ollut todellakaan parhaassa kunnossa"

"Penkki-Pekka" Kulju voitti toistovoimapunnerruksen SM-kisat Lahdessa.

Tiina Suutari
Ylä-Kainuu



Classic bodybuilding alle 179-senttisten sarjan SM-italiikolmikko. Joona Meriläinen keskellä. Hän oli lauantaina myös kaikkien luokkien paras klassisessa kehonrakennuksessa. Kuva: Anna Sirviö

Joona Meriläiselle kehonrakennuksen SM-kultaa ja -hopeaa sekä paikka MM-kisoihin

Anne Mattila
Haapavesi-lehti

MAINOS: Tilaa Raahen Seutu - löydä sinulle sopivin vaihtoehto tästä



TILAAJILLE

Raahen seutukunnan kasvateille menestystä lavalta – Jenny Karjalainen putsasi palkintopöydän body fitnessin SM-kisoissa

Toni Länkinen 06.10.2025 11:00



Jenny Karjalainen on voittanut urallaan useiden SM-kultien lisäksi myös maailmanmestaruuden. KUVA: PEKKA PEURA / ARKISTO

Pyhäjoelta kotoisin oleva Jenny Karjalainen palasi tyylikkäästi body fitnessin lavalle voittamalla kaiken mahdollisen viime viikonlopun SM-kisoissa.

NFE 2025 Lahti Press



Bikini fitness -urheilija Krista käyttää Onlyfansia tulonlähteenä: "Minulle paljas pinta ei ole mitenkään ujo asia"



Bikini fitnessin alle 169-senttisten sarjassa nähtiin tasokas finalistijoukko. Krista Eriksson oikealla, Suomen mestaruuden voittanut Tuulia Aula vasemmalla.

JULKAISTU 08.10.2025 07:55



TUOMAS HÄMÄLÄINEN, LAHTI
tuomas.hamalainen@mtv.fi
@TuoHamalainen

Krista Eriksson on Onlyfansia tulonlähteenä käyttävä monitoiminainen ja fitnessurheilija.



Otso Kuusakoski (oik.) halusi nousta Lahdessa lavalle, koska hän on hänen viimeinen junnuvuotensa. ROBIN4LIFE PRODUCTIONS

Kuusakosken mukaan pituus aiheuttaa ongelmia myös salilla.

– Esimerkiksi ylätaljassa saattaa olla niin, että liikerata on tehty lyhyemmille. Sitten pitää valita tarkkaan, että millaisella kahvalla sen tekee, jotta saan täyden liikeradan.

– Samaa ongelmaa saattaa olla muissakin selkälaitteissa, mutta tarvittaessa pitää sitten tehdä vaihtoehtoisia liikkeitä. Eivät tuollaiset asiat kehitykseen vaikuta.

Tylyt oireet dieetistä



Otsi Kuusakoski kertoo, että dieetti kesti liian pitkään. AM POSEFLOW / MIKA ANKKURI PHOTOGRAPHY

KARJALAINEN

Rallilegenda Ari Vatanen, 73, nauttii eläkepäivistä Tuupovaarassa – "Täällä on Suomen huveja, joita ei voi Ranskassa kokea"

[Mielittkö ruskaretkelle? – Karjalainen esittelee yli 50 luontopolkua maakunnasta](#)

[Etusivu](#) / [Urheilu](#)

Vain tilaajille

Katajan voimisteluvalmentaja Milla Karvinen, 23, vaihtoi fitnessmenestyjäksi – "Olen rakastanut aina esiintymistä"



Vuorotyötä sairaanhoitajana tekevä Milla Karvinen käy harjoittelemassa kuntosalilla myös päivisin, jolloin on rauhallista. Hän panostaa muutama vuosi sitten kisalajiksi tulleeseen artistic fitnessiin. MIKKO MAKKONEN

Jarmo Sieviläinen
Tänään 17:06



Milla Karviselle, 23, huikkaillaan onnitteluja Karhunmäen isolla kuntosalilla. Karvinen on väsynyt mutta onnellinen viikonlopun menestyskisojen jälkeen.

FITNESS JA VOIMAILU

Jussi muokkaa kehoaan poikkeuksellisella tavalla: "Ihan sinne solutasolle asti"

Jussi Rantakari oli yksi suomalaismenestyjistä Bull Mentula Classic -kehonrakennuskisassa.



Jussi Rantakari oli tyytyväinen suoritukseensa Bull Mentula Classicissa. Hän innostui lajista jo armeija-aikoina. ROBIN4LIFE PRODUCTIONS



Riku Korkki
Tänään klo 16:10
Lahti

Jussi Rantakari, 40, on vaikuttava ilmestys lavalla. 191-senttisellä tamperelaisjätillä on hurjat hartiat ja tiukassa paketissa oleva keskivartalo. Se ei ole sattumaa.

– Olen rakentanut fysiikkaani niin, että hartialinja on tosi leveä. Se pitää myös keskivartalon kondiksessa ja tasassa suhteessa hartioihin. Tavoitteenani on yksinkertaisesti kaunis fysiikka, Rantakari kertoo.

Urheilu | Fitness

Kaksi jämsäläistä fitnesslajien MM-kisoihin Espanjaan – "Siellä voi käydä ihan miten vaan"

Sekä Katja Suosaari että Pihla Nurminen nousevat MM-lavalle ensimmäistä kertaa.



★ TILAAJILLE

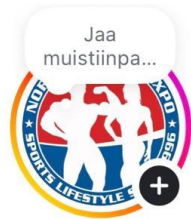


Katja Suosaari on saanut MM-kisapaikan kerran aiemminkin, mutta tuolloin se jäi vielä käyttämättä. Nyt tilanne on toinen. KUVA: KATJA SUOSAAREN ALBUMI

Susanna Tikkanen
16:00

FITNESSLAJIEN seuraavissa MM-kisoissa nähdään peräti kaksi jämsäläistä, sillä viime viikonlopun karsinnassa Lahdessa kisapaikkansa lunastivat sekä Katja Suosaari että Pihla Nurminen. Kilpailut järjestetään

NFE sosiaalinen media



Nordic Fitness Expo

1 977 julkaisua
12,2 t. seuraajaa
61 seurataan

Urheilu- ja viihdepaikka

KIITOS kilpailijat, messukävijät, sponsorit, näytteilleasettajat, toimitsijat, striimikatsojat ja kymmenet tuhannet fanit! Palaamme lokakuussa 2026.

linktr.ee/nordicfitnesssexpo

Ammattilaisen hallintapaneeli

2,6 milj. katselua 30 viime päivän aikana.

Muokkaa

Jaa profiili

Sähköposti



Uutta



NFE2025 9



NFE2025 8



NFE2025 7



NFE202



Katselut



Viimeiset 30 päivää

6. syysk. - 5. lokak.

2,435,932

Katselut

51,1%
Seuraajat

48,9%
Ei-seuraajaa

Tavoitetut tilit

46,199
+62,4%



49,4%
Miehet

50,6%
Naiset



Katselut



Viimeiset 30 päivää

10. syysk. - 9. lokak.

2,614,962

Katselut

50,1%
Seuraajat

49,9%
Ei-seuraajaa

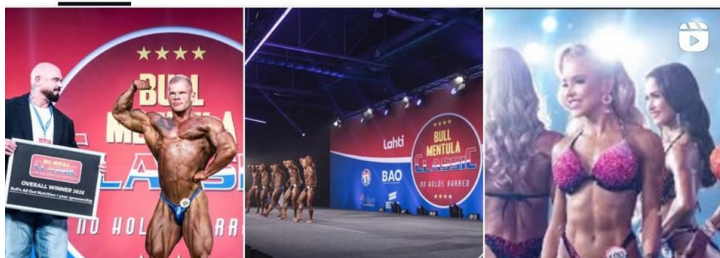
Tavoitetut tilit

50,332
+80,3%



Urheilijoiden omissa viestimissä (1000 hlöä keskiarvolla 2t seuraajaa) on yhteensä 2 miljoonaa seuraajaa. Suomen suurin laji somessa.

Lahden NFE 3-5.10.2025 viikonlopun some-näyttöjen määrä on yli 10 milj! Kärkilaji somessa.





NFE - Nordic Fitness Expo historiaa

Tapahtuman järjestäjä on lahtelainen KP Fitness Productions Oy.
Johto KP Ourama, Pasi Lakaniemi ja viestintä Harri Halme.

Pohjoismaiden ja Baltian suurin lajitapahtuma. Euroopan vanhin vuosittain järjestetty fitness -messutapahtuma vuodesta 1996 lähtien.

1996-2000 Helsinki Kulttuuritalo
2003-2009 Lahti Messukeskus
2012-2019 Lahti Messukeskus
2021-2024 Lahti Messukeskus

2001-2002 Hki Messukeskus
2010-2011 Finlandia-talo
2020 Turku Messukeskus
2025 Lahti 30. NFE 3-5.10.

Vuosittain tuhansia kävijöitä. 30 vuodessa 400.000 kävijää.
KiHun tutkimuksessa fitnessurheilussa +91.000 lajin harrastajaa.
Kuntosaliharjoittelua harrastaa yli 1.000.000 suomalaista.
Tapahtuman kävijät 18-50-v. (60 % naisia).

