

## Bundesverband Deutscher Kraftdreikämpfer (BVDK e.V.)

**Stand:** 15. Oktober 2016

### Deutsche Rekorde (RAW) im Kraftdreikampf der Seniorinnen der Altersklasse I

#### 47,0 kg

<b>Kniebeugen</b>	Standard	.....	97,5	.....	.....
<b>Bankdrücken</b>	Catrin Resch	Herrnburger AV 77	62,5	05.10.2013	Lauchhammer
<b>Kreuzheben</b>	Ana Geitner	USV TU Dresden	137,5	06.06.2015	Salo
<b>Dreikampf</b>	Ana Geitner	USV TU Dresden	275,0	06.06.2015	Salo

#### 52,0 kg

<b>Kniebeugen</b>	Standard	.....	105,0	.....	.....
<b>Bankdrücken</b>	Catrin Resch	Herrnburger AV 77	67,5	23.03.2013	Lauchhammer
<b>Kreuzheben</b>	Catrin Resch	Herrnburger AV 77	115,0	23.03.2013	Lauchhammer
<b>Dreikampf</b>	Standard	.....	280,0	.....	.....

#### 57,0 kg

<b>Kniebeugen</b>	Standard	.....	112,5	.....	.....
<b>Bankdrücken</b>	Standard	.....	70,0	.....	.....
<b>Kreuzheben</b>	Jasmin Treimer	Todtglüsinger SV	130,0	17.09.2016	Lauchhammer
<b>Kreuzheben</b>	Jasmin Treimer	Todtglüsinger SV	140,0	17.09.2016	Lauchhammer
<b>Kreuzheben</b>	Jasmin Treimer	Todtglüsinger SV	145,0	17.09.2016	Lauchhammer
<b>Dreikampf</b>	Standard	.....	300,0	.....	.....

#### 63,0 kg

<b>Kniebeugen</b>	Standard	.....	125,0	.....	.....
<b>Bankdrücken</b>	Standard	.....	77,5	.....	.....
<b>Kreuzheben</b>	Daniela Falck	STC Bavaria 20 Landshut	155,0	07.06.2015	Salo
<b>Dreikampf</b>	Daniela Falck	STC Bavaria 20 Landshut	340,0	07.06.2015	Salo

#### 72,0 kg

<b>Kniebeugen</b>	Susanne Küttler	Kölner AC 1882	137,5	12.09.2015	Lauchhammer
<b>Bankdrücken</b>	Standard	.....	85,0	.....	.....
<b>Kreuzheben</b>	Susanne Küttler	Kölner AC 1882	150,0	12.09.2015	Lauchhammer
<b>Dreikampf</b>	Standard	.....	365,0	.....	.....

#### 84,0 kg

<b>Kniebeugen</b>	Standard	.....	145,0	.....	.....
<b>Bankdrücken</b>	Standard	.....	92,5	.....	.....
<b>Kreuzheben</b>	Standard	.....	157,5	.....	.....
<b>Dreikampf</b>	Standard	.....	395,0	.....	.....

#### 84,0+ kg

<b>Kniebeugen</b>	Standard	.....	152,5	.....	.....
<b>Bankdrücken</b>	Standard	.....	97,5	.....	.....
<b>Kreuzheben</b>	Standard	.....	165,0	.....	.....
<b>Dreikampf</b>	Standard	.....	415,0	.....	.....

**Stand:** 15. Oktober 2016

**Deutsche Rekorde (RAW) im Kraftdreikampf der Seniorinnen der Altersklasse II**

**47,0 kg**

<b>Kniebeugen</b>	Standard	.....	90,0	.....	.....
<b>Bankdrücken</b>	Standard	.....	52,5	.....	.....
<b>Kreuzheben</b>	Standard	.....	90,0	.....	.....
<b>Dreikampf</b>	Standard	.....	230,0	.....	.....

**52,0 kg**

<b>Kniebeugen</b>	Standard	.....	97,5	.....	.....
<b>Bankdrücken</b>	Standard	.....	57,5	.....	.....
<b>Kreuzheben</b>	Standard	.....	97,5	.....	.....
<b>Dreikampf</b>	Standard	.....	250,0	.....	.....

**57,0 kg**

<b>Kniebeugen</b>	Standard	.....	105,0	.....	.....
<b>Bankdrücken</b>	Standard	.....	60,0	.....	.....
<b>Kreuzheben</b>	Standard	.....	105,0	.....	.....
<b>Dreikampf</b>	Standard	.....	270,0	.....	.....

**63,0 kg**

<b>Kniebeugen</b>	Standard	.....	112,5	.....	.....
<b>Bankdrücken</b>	Marlies Winkel	TV Röhlinghausen	67,5	28.02.2015	Essen
<b>Kreuzheben</b>	Marlies Winkel	TV Röhlinghausen	137,5	28.02.2015	Essen
<b>Dreikampf</b>	Marlies Winkel	TV Röhlinghausen	295,0	28.02.2015	Essen

**72,0 kg**

<b>Kniebeugen</b>	Andrea Lange	TV Röhlinghausen	120,0	28.02.2015	Essen
<b>Bankdrücken</b>	Andrea Lange	TV Röhlinghausen	85,0	28.02.2015	Essen
<b>Kreuzheben</b>	Andrea Lange	TV Röhlinghausen	150,0	28.02.2015	Essen
<b>Dreikampf</b>	Andrea Lange	TV Röhlinghausen	355,0	28.02.2015	Essen

**84,0 kg**

<b>Kniebeugen</b>	Standard	.....	130,0	.....	.....
<b>Bankdrücken</b>	Standard	.....	77,5	.....	.....
<b>Kreuzheben</b>	Standard	.....	140,0	.....	.....
<b>Dreikampf</b>	Standard	.....	345,0	.....	.....

**84,0+ kg**

<b>Kniebeugen</b>	Standard	.....	132,5	.....	.....
<b>Bankdrücken</b>	Standard	.....	80,0	.....	.....
<b>Kreuzheben</b>	Standard	.....	150,0	.....	.....
<b>Dreikampf</b>	Standard	.....	360,0	.....	.....

**Stand:** 15. Oktober 2016

### Deutsche Rekorde (RAW) im Kraftdreikampf der Seniorinnen der Altersklasse III

#### 47,0 kg

<b>Kniebeugen</b>	Standard	.....	57,5	.....	.....
<b>Bankdrücken</b>	Standard	.....	45,0	.....	.....
<b>Kreuzheben</b>	Standard	.....	65,0	.....	.....
<b>Dreikampf</b>	Standard	.....	165,0	.....	.....

#### 52,0 kg

<b>Kniebeugen</b>	Standard	.....	65,0	.....	.....
<b>Bankdrücken</b>	Standard	.....	50,0	.....	.....
<b>Kreuzheben</b>	Standard	.....	72,5	.....	.....
<b>Dreikampf</b>	Standard	.....	185,0	.....	.....

#### 57,0 kg

<b>Kniebeugen</b>	Standard	.....	72,5	.....	.....
<b>Bankdrücken</b>	Standard	.....	52,5	.....	.....
<b>Kreuzheben</b>	Standard	.....	80,0	.....	.....
<b>Dreikampf</b>	Standard	.....	205,0	.....	.....

#### 63,0 kg

<b>Kniebeugen</b>	Standard	.....	80,0	.....	.....
<b>Bankdrücken</b>	Standard	.....	57,5	.....	.....
<b>Kreuzheben</b>	Standard	.....	92,5	.....	.....
<b>Dreikampf</b>	Standard	.....	230,0	.....	.....

#### 72,0 kg

<b>Kniebeugen</b>	Standard	.....	90,0	.....	.....
<b>Bankdrücken</b>	Standard	.....	65,0	.....	.....
<b>Kreuzheben</b>	Standard	.....	105,0	.....	.....
<b>Dreikampf</b>	Standard	.....	260,0	.....	.....

#### 84,0 kg

<b>Kniebeugen</b>	Standard	.....	97,5	.....	.....
<b>Bankdrücken</b>	Standard	.....	70,0	.....	.....
<b>Kreuzheben</b>	Standard	.....	117,5	.....	.....
<b>Dreikampf</b>	Standard	.....	280,0	.....	.....

#### 84,0+ kg

<b>Kniebeugen</b>	Standard	.....	105,0	.....	.....
<b>Bankdrücken</b>	Standard	.....	72,5	.....	.....
<b>Kreuzheben</b>	Standard	.....	125,0	.....	.....
<b>Dreikampf</b>	Standard	.....	300,0	.....	.....

Stand:

15. Oktober 2016

## Deutsche Rekorde (RAW) im Kraftdreikampf der Seniorinnen der Altersklasse IV

### 47,0 kg

Kniebeugen	.....	.....	.....	.....	.....
Bankdrücken	.....	.....	.....	.....	.....
Kreuzheben	.....	.....	.....	.....	.....
Dreikampf	.....	.....	.....	.....	.....

### 52,0 kg

Kniebeugen	.....	.....	.....	.....	.....
Bankdrücken	.....	.....	.....	.....	.....
Kreuzheben	.....	.....	.....	.....	.....
Dreikampf	.....	.....	.....	.....	.....

### 57,0 kg

Kniebeugen	.....	.....	.....	.....	.....
Bankdrücken	.....	.....	.....	.....	.....
Kreuzheben	.....	.....	.....	.....	.....
Dreikampf	.....	.....	.....	.....	.....

### 63,0 kg

Kniebeugen	.....	.....	.....	.....	.....
Bankdrücken	.....	.....	.....	.....	.....
Kreuzheben	.....	.....	.....	.....	.....
Dreikampf	.....	.....	.....	.....	.....

### 72,0 kg

Kniebeugen	.....	.....	.....	.....	.....
Bankdrücken	.....	.....	.....	.....	.....
Kreuzheben	.....	.....	.....	.....	.....
Dreikampf	.....	.....	.....	.....	.....

### 84,0 kg

Kniebeugen	.....	.....	.....	.....	.....
Bankdrücken	.....	.....	.....	.....	.....
Kreuzheben	.....	.....	.....	.....	.....
Dreikampf	.....	.....	.....	.....	.....

### 84,0+ kg

Kniebeugen	.....	.....	.....	.....	.....
Bankdrücken	.....	.....	.....	.....	.....
Kreuzheben	.....	.....	.....	.....	.....
Dreikampf	.....	.....	.....	.....	.....

Stand:

15. Oktober 2016