

Bundesverband Deutscher Kraftdreikämpfer (BVDK e.V.)

Stand: 12.12.2021

Deutsche Rekorde (RAW) im Kraftdreikampf der weiblichen Aktiven**47,0 kg**

Kniebeugen	Beil Barbara	Schwerathletik Gießen e.V.	106,5	25.09.2021	Kassel
Bankdrücken	Standard	70,0
Kreuzheben	Beil Barbara	Schwerathletik Gießen e.V.	152,5	25.09.2021	Kassel
Dreikampf	Beil Barbara	Schwerathletik Gießen e.V.	321,5	25.09.2021	Kassel

52,0 kg

Kniebeugen	Rudolph Alina	Harlekin e.V.	142,0	19.09.2021	Rottendorf
Bankdrücken	Voigt Fenja	Powerlifting Würzburg e.V.	85,0	19.09.2021	Rottendorf
Kreuzheben	Klein Sarah	Aachener Kraftsport e.V.	163,0	25.09.2021	Kassel
Dreikampf	Klein Sarah	Aachener Kraftsport e.V.	375,5	25.09.2021	Kassel

57,0 kg

Kniebeugen	Decker Helena Mariella	Kraftsport Colonia	146,0	19.09.2021	Rottendorf
Bankdrücken	Decker Helena Mariella	Kraftsport Colonia	91,5	19.09.2021	Rottendorf
Kreuzheben	Decker Helena Mariella	Kraftsport Colonia	171,0	19.09.2021	Rottendorf
Dreikampf	Decker Helena Mariella	Kraftsport Colonia	408,5	19.09.2021	Rottendorf

63,0 kg

Kniebeugen	Schulze Veronika	Schwerathletik Mannheim	163,0	25.09.2021	Kassel
Bankdrücken	Gunda Fiona Sommer von Bachhaus	FC Rhein-Main Rüsselsheim	115,0	20.09.2014	Lauchhammer
Kreuzheben	Kern Shirin	FSV von 1861 Sarstedt e.V.	185,5	25.09.2021	Kassel
Dreikampf	Tamara Dr. Thomsen	FSV von 1861 Sarstedt	432,5	22.06.2017	Minsk

69,0 kg

Kniebeugen	Krüger Sonja Stefanie	KSV Mainz 08	180,5	19.09.2021	Rottendorf
Bankdrücken	Krüger Sonja Stefanie	KSV Mainz 08	108,0	19.09.2021	Rottendorf
Kreuzheben	Goncalves da Silva Sonia	Kraftsport Colonia	192,5	10.12.2021	Vasteras
Dreikampf	Krüger Sonja Stefanie	KSV Mainz 08	461,0	19.09.2021	Rottendorf

72,0 kg

Kniebeugen	Thomsen Dr. Tamara	FSV von 1861 Sarstedt e.V.	166,5	30.03.2019	Niestetal
Bankdrücken	Hoppe Frederike	Kraftsport Colonia	103,0	30.03.2019	Niestetal
Kreuzheben	Schreiner Lea	AC Goliath 20 e.V. Mengede	210,0	30.03.2019	Niestetal
Dreikampf	Schreiner Lea	AC Goliath 20 e.V. Mengede	450,0	30.03.2019	Niestetal

76,0 kg

Kniebeugen	Schreiner Lea	KSV Mainz 08	175,0	11.12.2021	Vasteras
Bankdrücken	Haas Mareike	Schwerathletik Gießen e.V.	101,0	26.09.2021	Kassel
Kreuzheben	Schreiner Lea	KSV Mainz 08	205,0	11.12.2021	Vasteras
Dreikampf	Schreiner Lea	KSV Mainz 08	472,5	11.12.2021	Vasteras

84,0 kg

Kniebeugen	Butzen Eva	Power Gym Wiesbaden e.V.	181,0	26.09.2021	Kassel
Bankdrücken	Szarvas Sylvia	USV TU Dresden	130,0	13.10.2017	Chemnitz
Kreuzheben	Butzen Eva	Power Gym Wiesbaden e.V.	203,0	26.09.2021	Kassel
Dreikampf	Szarvas Sylvia	USV TU Dresden	507,5	07.12.2019	Kaunas

84,0+ kg

Kniebeugen	Moreno Cederberg Mariana	Kraftsport Colonia	175,0	14.06.2019	Helsingborg
Bankdrücken	Standard	105,0
Kreuzheben	Moreno Cederberg Mariana	Kraftsport Colonia	192,5	30.03.2019	Niestetal
Dreikampf	Moreno Cederberg Mariana	Kraftsport Colonia	467,5	14.06.2019	Helsingborg