

Landesrekorde Berlin und Brandenburg KDK Classic Frauen Masters I-IV

Landesrekorde im Kraftdreikampf der weiblichen AK I im Classic

-47,0 Kg						
Kniebeugen	Standard	85,0	
Bankdrücken	Standard	52,5	
Kreuzheben	Standard	85,0	
Dreikampf	Standard	225,0	
-52,0 Kg						
Kniebeugen	Standard	92,5	
Bankdrücken	Standard	57,5	
Kreuzheben	Standard	97,5	
Dreikampf	Standard	245,0	
-57,0 Kg						
Kniebeugen	Standard	100,0	
Bankdrücken	Standard	62,5	
Kreuzheben	Standard	105,0	
Dreikampf	Standard	270,0	
-63,0 Kg						
Kniebeugen	Standard	110,0	
Bankdrücken	Standard	67,5	
Kreuzheben	Standard	115,0	
Dreikampf	Standard	295,0	
-69,0 Kg						
Kniebeugen	Standard	115,0	
Bankdrücken	Standard	72,5	
Kreuzheben	Standard	120,0	
Dreikampf	Standard	310,0	
-76,0 Kg						
Kniebeugen	Kathleen Schult	AC Heros Berlin	135,0	02.03.24	LM KDK Classic	
Bankdrücken	Maren Hanfeld	AC Heros Berlin	80,0	11.03.23	LM KDK Classic	
Kreuzheben	Kathleen Schult	AC Heros Berlin	160,0	02.03.24	LM KDK Classic	
Dreikampf	Kathleen Schult	AC Heros Berlin	375,0	02.03.24	LM KDK Classic	
-84,0 Kg						
Kniebeugen	Kathleen Schult	AC Heros Berlin	142,5	23.03.24	DM KDK Classic	
Bankdrücken	Kathleen Schult	AC Heros Berlin	80,0	23.03.24	DM KDK Classic	
Kreuzheben	Kathleen Schult	AC Heros Berlin	170,0	23.03.24	DM KDK Classic	
Dreikampf	Kathleen Schult	AC Heros Berlin	392,5	23.03.23	DM KDK Classic	
+84,0 Kg						
Kniebeugen	Standard	135,0	
Bankdrücken	Standard	85,0	
Kreuzheben	Standard	145,0	
Dreikampf	Standard	365,0	

Landesrekorde im Kraftdreikampf der weiblichen AK II im Classic

-47,0 Kg

Kniebeugen	Standard	77,5
Bankdrücken	Standard	47,5
Kreuzheben	Standard	77,5
Dreikampf	Standard	205,0

-52,0 Kg

Kniebeugen	Standard	85,0
Bankdrücken	Standard	50,0
Kreuzheben	Standard	85,0
Dreikampf	Standard	220,0

-57,0 Kg

Kniebeugen	Standard	92,5
Bankdrücken	Standard	52,5
Kreuzheben	Standard	92,5
Dreikampf	Standard	240,0

-63,0 Kg

Kniebeugen	Standard	100,0
Bankdrücken	Standard	57,5
Kreuzheben	Standard	102,5
Dreikampf	Standard	260,0

-69,0 Kg

Kniebeugen	Standard	102,5
Bankdrücken	Standard	62,5
Kreuzheben	Standard	110,0
Dreikampf	Standard	270,0

-76,0 Kg

Kniebeugen	Standard	107,5
Bankdrücken	Standard	67,5
Kreuzheben	Standard	115,0
Dreikampf	Standard	290,0

-84,0 Kg

Kniebeugen	Standard	112,5
Bankdrücken	Standard	70,0
Kreuzheben	Standard	122,5
Dreikampf	Standard	300,0

+84,0 Kg

Kniebeugen	Standard	115,0
Bankdrücken	Standard	72,5
Kreuzheben	Standard	132,5
Dreikampf	Standard	310,0

Landesrekorde im Kraftdreikampf der weiblichen AK III im Classic

-47,0 Kg

Kniebeugen	Standard	50,0
Bankdrücken	Standard	40,0
Kreuzheben	Standard	57,5
Dreikampf	Standard	145,0

-52,0 Kg

Kniebeugen	Standard	57,5
Bankdrücken	Standard	45,0
Kreuzheben	Standard	65,0
Dreikampf	Standard	165,0

-57,0 Kg

Kniebeugen	Standard	65,0
Bankdrücken	Standard	47,5
Kreuzheben	Standard	70,0
Dreikampf	Standard	180,0

-63,0 Kg

Kniebeugen	Standard	70,0
Bankdrücken	Standard	50,0
Kreuzheben	Standard	80,0
Dreikampf	Standard	205,0

-69,0 Kg

Kniebeugen	Standard	77,5
Bankdrücken	Standard	55,0
Kreuzheben	Standard	87,5
Dreikampf	Standard	215,0

-76,0 Kg

Kniebeugen	Standard	82,5
Bankdrücken	Standard	60,0
Kreuzheben	Standard	100,0
Dreikampf	Standard	235,0

-84,0 Kg

Kniebeugen	Standard	85,0
Bankdrücken	Standard	62,5
Kreuzheben	Standard	102,5
Dreikampf	Standard	245,0

+84,0 Kg

Kniebeugen	Standard	92,5
Bankdrücken	Standard	65,0
Kreuzheben	Standard	110,0
Dreikampf	Standard	260,0

--	--	--	--	--	--

Stand

24. März 2024