

Landesrekorde Berlin und Brandenburg im KDK Classic der Aktiven Frauen

Landesrekorde im Kraftdreikampf der weiblichen Aktiven im Classic

-47,0 Kg					
Kniebeugen	Nicole Lanz	Berliner TSC	113,0	02.03.24	LM KDK Classic
Bankdrücken	Nicole Lanz	Berliner TSC	68,0	02.03.24	LM KDK Classic
Kreuzheben	Nicole Lanz	Berliner TSC	111,0	02.03.24	LM KDK Classic
Dreikampf	Nicole Lanz	Berliner TSC	292,0	02.03.24	LM KDK Classic
-52,0 Kg					
Kniebeugen	Standard	105,0
Bankdrücken	Standard	65,0
Kreuzheben	Standard	105,0
Dreikampf	Standard	270,0
-57,0 Kg					
Kniebeugen	Standard	120,0
Bankdrücken	Standard	67,5
Kreuzheben	Standard	120,0
Dreikampf	Standard	300,0
-63,0 Kg					
Kniebeugen	Standard	135,0
Bankdrücken	Charlotte Suhr	Berlin Strength e. V.	82,5	02.03.24	LM KDK Classic
Kreuzheben	Kristin Ranwig	Sanssouci Gym Potsdam	155,0	02.03.24	LM KDK Classic
Dreikampf	Kristin Ranwig	Sanssouci Gym Potsdam	365,0	02.03.24	LM KDK Classic
-69,0 Kg					
Kniebeugen	Katarina Kijaschko	Berlin Strength e. V.	170,0	02.03.24	LM KDK Classic
Bankdrücken	Mareen Schütze	Berlin Strength e. V.	91,5	02.03.24	LM KDK Classic
Kreuzheben	Katarina Kijaschko	Berlin Strength e. V.	175,0	02.03.24	LM KDK Classic
Dreikampf	Katarina Kijaschko	Berlin Strength e. V.	415,0	02.03.24	LM KDK Classic
-76,0 Kg					
Kniebeugen	Katarina Kijaschko	Berlin Strength e. V.	160,0	14.04.23	DM KDK Classic Aktive
Bankdrücken	Katja Broxtermann	Sanssouci Gym Potsdam	97,5	11.03.23	LM KDK Classic
Kreuzheben	Lisa Weise	Berlin Strength e. V.	175,0	02.03.24	LM KDK Classic
Dreikampf	Katja Broxtermann	Sanssouci Gym Potsdam	422,5	11.03.23	LM KDK Classic
-84,0 Kg					
Kniebeugen	Standard	147,5
Bankdrücken	Standard	87,5
Kreuzheben	Standard	147,5
Dreikampf	Standard	390,0
+84,0 Kg					
Kniebeugen	Aleksandra Gnamn	AC Heros Berlin	160,0	11.03.23	LM KDK Classic
Bankdrücken	Standard	92,5
Kreuzheben	Kea Wisniewski	Berlin Strength e. V.	165,0	11.03.23	LM KDK Classic
Dreikampf	Standard	400,0

Stand

5. März 2024