

Landesrekorde Berlin und Brandenburg im KDK EQ der Aktiven Frauen

Landesrekorde im Kraftdreikampf der weiblichen Aktiven im EQ

-47,0 Kg

Kniebeugen	Standard	110,0
Bankdrücken	Standard	72,5
Kreuzheben	Standard	110,0
Dreikampf	Standard	290,0

-52,0 Kg

Kniebeugen	Standard	127,5
Bankdrücken	Standard	77,5
Kreuzheben	Standard	127,7
Dreikampf	Standard	325,0

-57,0 Kg

Kniebeugen	Standard	142,5
Bankdrücken	Standard	80,0
Kreuzheben	Standard	142,5
Dreikampf	Standard	365,0

-63,0 Kg

Kniebeugen	Standard	160,0
Bankdrücken	Standard	90,0
Kreuzheben	Kristin Ranwig	Sanssouci Gym. Potsdam	160,0	01.07.23	Finale Bundesliga KDK
Dreikampf	Standard	410,0

-69,0 Kg

Kniebeugen	Standard	165,0
Bankdrücken	Standard	95,0
Kreuzheben	Standard	162,5
Dreikampf	Standard	425,0

-76,0 Kg

Kniebeugen	Katja Broxtermann	Sanssouci Gym. Potsdam	230,0	06.05.23	EM KDK EQ
Bankdrücken	Katja Broxtermann	Sanssouci Gym. Potsdam	150,0	01.04.23	2.Runde Bundesliga KDK
Kreuzheben	Katja Broxtermann	Sanssouci Gym. Potsdam	185,0	01.04.23	2.Runde Bundesliga KDK
Dreikampf	Katja Broxtermann	Sanssouci Gym. Potsdam	565,0	06.05.23	EM KDK EQ

-84,0 Kg

Kniebeugen	Standard	175,0
Bankdrücken	Standard	105,0
Kreuzheben	Standard	175,0
Dreikampf	Standard	460,0

+84,0 Kg

Kniebeugen	Standard	182,5
Bankdrücken	Standard	112,5
Kreuzheben	Standard	182,5
Dreikampf	Standard	475,0

Stand

14. Mai 2023