

Landesrekorde Berlin und Brandenburg KDK Classic Männer Masters I-IV

Landesrekorde im Kraftdreikampf der männlichen AK I im Classic

59,0 kg						
Kniebeugen	Standard	152,5	
Bankdrücken	Standard	92,5	
Kreuzheben	Standard	152,5	
Dreikampf	Standard	395,0	
66,0 kg						
Kniebeugen	Standard	172,5	
Bankdrücken	Standard	105,0	
Kreuzheben	Standard	170,0	
Dreikampf	Standard	450,0	
74,0 kg						
Kniebeugen	Standard	187,5	
Bankdrücken	Standard	120,0	
Kreuzheben	Standard	187,5	
Dreikampf	Standard	490,0	
83,0 kg						
Kniebeugen	Standard	202,5	
Bankdrücken	Standard	135,0	
Kreuzheben	Standard	205,0	
Dreikampf	Standard	540,0	
93,0 kg						
Kniebeugen	David Stuckatz	SV Großräschen e.V.	220,0	29.04.23	DM KDK Classic	
Bankdrücken	David Stuckatz	SV Großräschen e.V.	147,5	11.03.23	LM KDK Classic	
Kreuzheben	David Stuckatz	SV Großräschen e.V.	237,5	29.04.23	DM KDK Classic	
Dreikampf	David Stuckatz	SV Großräschen e.V.	600,0	11.03.23	LM KDK Classic	
105,0 kg						
Kniebeugen	Standard	227,5	
Bankdrücken	Ronny Göbel	TSV 90 Zehdenick	162,5	11.03.23	LM KDK Classic	
Kreuzheben	David Stuckatz	SV Großräschen e.V.	235,0	02.03.24	LM KDK Classic	
Dreikampf	Standard	615,0	
120,0 kg						
Kniebeugen	Standard	245,0	
Bankdrücken	Standard	167,5	
Kreuzheben	Oliver Zamzow	Berlin Strength e.V.,	280,0	02.03.24	LM KDK Classic	
Dreikampf	Oliver Zamzow	Berlin Strength e.V.,	670,0	02.03.24	LM KDK Classic	
120,0+ kg						
Kniebeugen	Standard	257,5	
Bankdrücken	Standard	175,0	
Kreuzheben	Standard	240,0	
Dreikampf	Standard	670,0	

Landesrekorde im Kraftdreikampf der männlichen AK II im Classic

59,0 kg						
Kniebeugen	Standard	122,5	

Bankdrücken	Standard	85,0
Kreuzheben	Standard	140,0
Dreikampf	Standard	350,0

66,0 kg

Kniebeugen	Standard	145,0
Bankdrücken	Standard	100,0
Kreuzheben	Standard	157,5
Dreikampf	Standard	400,0

74,0 kg

Kniebeugen	Standard	167,5
Bankdrücken	Standard	115,0
Kreuzheben	Standard	175,0
Dreikampf	Standard	445,0

83,0 kg

Kniebeugen	Standard	187,5
Bankdrücken	Standard	127,5
Kreuzheben	Standard	187,5
Dreikampf	Standard	500,0

93,0 kg

Kniebeugen	Standard	202,5
Bankdrücken	Standard	137,5
Kreuzheben	Reiner Besser	AC Lauchhammer	220,0	02.03.24	LM KDK Classic
Dreikampf	Standard	535,0

105,0 kg

Kniebeugen	Standard	220,0
Bankdrücken	Standard	150,0
Kreuzheben	Matthias Simpig	Sanssouci Gym e.V. Potsdam	220,0	02.03.24	LM KDK Classic
Dreikampf	Standard	560,0

120,0 kg

Kniebeugen	Standard	232,5
Bankdrücken	Standard	157,5
Kreuzheben	Standard	220,0
Dreikampf	Standard	590,0

120,0+ kg

Kniebeugen	Standard	240,0
Bankdrücken	Standard	162,5
Kreuzheben	Standard	225,0
Dreikampf	Standard	605,0

Landesrekorde im Kraftdreikampf der männlichen AK III im Classic

59,0 kg

Kniebeugen	Standard	115,0
Bankdrücken	Standard	75,0
Kreuzheben	Standard	120,0
Dreikampf	Standard	300,0

66,0 kg

Kniebeugen	Standard	127,5
Bankdrücken	Standard	85,0
Kreuzheben	Standard	135,0
Dreikampf	Standard	335,0

74,0 kg

Kniebeugen	Roland Asmus	SV Motor Eberswalde	160,0	28.04.23	DM KDK Classic
Bankdrücken	Roland Asmus	SV Motor Eberswalde	100,0	28.04.23	DM KDK Classic
Kreuzheben	Roland Asmus	SV Motor Eberswalde	185,0	28.04.23	DM KDK Classic
Dreikampf	Roland Asmus	SV Motor Eberswalde	445,0	28.04.23	DM KDK Classic

83,0 kg

Kniebeugen	Detlef Hahne	Berliner TSC	175,0	11.03.23	LM KDK Classic
Bankdrücken	Standard	102,5
Kreuzheben	Detlef Hahne	Berliner TSC	220,0	11.03.23	LM KDK Classic
Dreikampf	Detlef Hahne	Berliner TSC	490,0	11.03.23	LM KDK Classic

93,0 kg

Kniebeugen	Peer Hänsicke	SV Kraft Eberswalde	210,0	09.10.23	WM KDK Classic
Bankdrücken	Peer Hänsicke	SV Kraft Eberswalde	152,5	09.10.23	WM KDK Classic
Kreuzheben	Detlef Hahne	Berliner TSC	220,0	28.04.23	DM KDK Classic
Dreikampf	Peer Hänsicke	SV Kraft Eberswalde	555,0	09.10.23	WM KDK Classic

105,0 kg

Kniebeugen	Peer Hänsicke	SV Kraft Eberswalde	206,0	28.04.23	DM KDK Classic
Bankdrücken	Peer Hänsicke	SV Kraft Eberswalde	155,0	28.04.23	DM KDK Classic
Kreuzheben	Peer Hänsicke	SV Kraft Eberswalde	210,0	28.04.23	DM KDK Classic
Dreikampf	Peer Hänsicke	SV Kraft Eberswalde	571,0	28.04.23	DM KDK Classic

120,0 kg

Kniebeugen	Standard	180,0
Bankdrücken	Standard	127,5
Kreuzheben	Standard	185,0
Dreikampf	Standard	475,0

120,0+ kg

Kniebeugen	Standard	185,0
Bankdrücken	Standard	135,0
Kreuzheben	Standard	187,5
Dreikampf	Standard	485,0

Landesrekorde im Kraftdreikampf der männlichen AK IV im Classic

59,0 kg

Kniebeugen	Standard	102,5
Bankdrücken	Standard	62,5
Kreuzheben	Standard	102,5
Dreikampf	Standard	265,0

66,0 kg

Kniebeugen	Standard	115,0
Bankdrücken	Standard	70,0
Kreuzheben	Standard	115,0
Dreikampf	Standard	280,0

74,0 kg

Kniebeugen	Standard	122,5
Bankdrücken	Wolf-Peter Springstein	SV Großräschen e.V.	102,5	02.03.24	LM KDK Classic
Kreuzheben	Wolf-Peter Springstein	SV Großräschen e.V.	135,0	02.03.24	LM KDK Classic
Dreikampf	Rudolf Berndt	AC Lauchhammer	320,0	02.03.24	LM KDK Classic

83,0 kg

Kniebeugen	Standard	135,0
Bankdrücken	Standard	87,5
Kreuzheben	Standard	127,5
Dreikampf	Standard	340,0

93,0 kg

Kniebeugen	Standard	140,0
Bankdrücken	Standard	95,0
Kreuzheben	Standard	132,5
Dreikampf	Standard	350,0

105,0 kg

Kniebeugen	Standard	150,0
Bankdrücken	Standard	100,0
Kreuzheben	Standard	135,0
Dreikampf	Standard	370,0

120,0 kg

Kniebeugen	Standard	152,5
Bankdrücken	Standard	105,0
Kreuzheben	Standard	137,5
Dreikampf	Standard	375,0

120,0+ kg

Kniebeugen	Standard	157,5
Bankdrücken	Standard	107,5
Kreuzheben	Standard	140,0
Dreikampf	Standard	385,0

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

Stand

2. März 2024