

Landesrekorde Berlin und Brandenburg im KDK EQ der Aktiven Männer

Landesrekorde im Kraftdreikampf der männlichen Aktiven im EQ

59,0 kg						
Kniebeugen	Standard	195,0	
Bankdrücken	Standard	127,5	
Kreuzheben	Standard	190,0	
Dreikampf	Standard	505,0	
66,0 kg						
Kniebeugen	Standard	215,0	
Bankdrücken	Standard	145,0	
Kreuzheben	Standard	212,5	
Dreikampf	Standard	565,0	
74,0 kg						
Kniebeugen	Lukas Markaschke	Sanssouci Gym. Potsdam	242,5	01.04.23	2. Runde BL KDK	
Bankdrücken	Standard	160,0	
Kreuzheben	Lukas Markaschke	Sanssouci Gym. Potsdam	232,5	01.04.23	2. Runde BL KDK	
Dreikampf	Standard	615,0	
83,0 kg						
Kniebeugen	Standard	250,0	
Bankdrücken	Standard	170,0	
Kreuzheben	Standard	250,0	
Dreikampf	Standard	650,0	
93,0 kg						
Kniebeugen	Standard	265,0	
Bankdrücken	Standard	185,0	
Kreuzheben	Standard	275,0	
Dreikampf	Standard	710,0	
105,0 kg						
Kniebeugen	Christian Flueras	Sanssouci Gym. Potsdam	300,0	13.05.23	3. Runde BL KDK	
Bankdrücken	Christian Flueras	Sanssouci Gym. Potsdam	282,5	24.02.24	DM KDK EQ	
Kreuzheben	Christian Flueras	Sanssouci Gym. Potsdam	285,0	24.02.24	DM KDK EQ	
Dreikampf	Christian Flueras	Sanssouci Gym. Potsdam	885,0	13.05.23	3. Runde BL KDK	
120,0 kg						
Kniebeugen	Christian Flueras	Sanssouci Gym. Potsdam	330,0	28.01.23	1. Runde BL KDK	
Bankdrücken	Christian Flueras	Sanssouci Gym. Potsdam	275,0	28.01.23	1. Runde BL KDK	
Kreuzheben	Christian Flueras	Sanssouci Gym. Potsdam	300,0	28.01.23	1. Runde BL KDK	
Dreikampf	Christian Flueras	Sanssouci Gym. Potsdam	905,0	28.01.23	1. Runde BL KDK	
120,0+ kg						
Kniebeugen	Standard	330,0	
Bankdrücken	Standard	230,0	
Kreuzheben	Standard	302,5	
Dreikampf	Standard	830,0	

Stand: 24. Februar 2024