



Niedersächsischer Gewichtheberverband e.V.

**Niedersächsische Meisterschaftsrekorde
Kraftdreikampf Classic
– Frauen –**

Stand: 25.06.2023

Nds. Landesrekorde (raw) im Kraftdreikampf der weiblichen Jugend

-43,0

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					

-47,0

Kniebeuge	Große, Pia	PL Lauchhammer	37,5 kg		
Bankdrücken	Große, Pia	PL Lauchhammer	27,5 kg		
Kreuzheben	Große, Pia	PL Lauchhammer	57,5 kg		
Total	Große, Pia	PL Lauchhammer	127,5 kg		

-52,0

Kniebeuge	Kluczniok, Angelina	VfK Hannover	95,0 kg	01.06.19	Ankum
Bankdrücken	Kluczniok, Angelina	VfK Hannover	60,0 kg	01.06.19	Ankum
Kreuzheben	Kluczniok, Angelina	VfK Hannover	95,0 kg	01.06.19	Ankum
Total	Kluczniok, Angelina	VfK Hannover	250,0 kg	01.06.19	Ankum

-57,0

Kniebeuge	Bergmann, Nicole	PL Lauchhammer	57,5 kg		
Bankdrücken	Bergmann, Nicole	PL Lauchhammer	32,5 kg		
Kreuzheben	Bergmann, Nicole	PL Lauchhammer	80,0 kg		
Total	Bergmann, Nicole	PL Lauchhammer	170,0 kg		

-63,0

Kniebeuge	Hinze, Danielle	SV Quitt Ankum	110,0 kg	01.06.19	Ankum
Bankdrücken	Hinze, Danielle	SV Quitt Ankum	55,0 kg	01.06.19	Ankum
Kreuzheben	Hinze, Danielle	SV Quitt Ankum	140,0 kg	01.06.19	Ankum
Total	Hinze, Danielle	SV Quitt Ankum	312,5 kg	01.06.19	Ankum

-69,0

Kniebeuge	Brok, Judit	TV Papenburg	110 kg	17.06.23	Braunschweig
Bankdrücken	Brok, Judit	TV Papenburg	61,0 kg	17.06.23	Braunschweig
Kreuzheben	Brok, Judit	TV Papenburg	136,0 kg	17.06.23	Braunschweig
Total	Brok, Judit	TV Papenburg	307,0 kg	17.06.23	Braunschweig

-76,0

Kniebeuge	Lieberknecht, Lisa	VfV Cremlingen	70,0 kg		
Bankdrücken	Lieberknecht, Lisa	VfV Cremlingen	50,0 kg		
Kreuzheben	Lieberknecht, Lisa	VfV Cremlingen	90,0 kg		
Total	Lieberknecht, Lisa	VfV Cremlingen	210,0 kg		

-84,0

Kniebeuge	Michol, Giulia	V.f.V. Braunschweig	75,0 kg	17.06.23	Braunschweig
Bankdrücken	Michol, Giulia	V.f.V. Braunschweig	45,0 kg	17.06.23	Braunschweig
Kreuzheben	Michol, Giulia	V.f.V. Braunschweig	92,5 kg	17.06.23	Braunschweig
Total	Michol, Giulia	V.f.V. Braunschweig	212,5 kg	17.06.23	Braunschweig

+84,0

Kniebeuge	Bender, Lilith	MTV Vater Jahn Peine	80,0 kg	28.04.18	Sarstedt
Bankdrücken	Bender, Lilith	MTV Vater Jahn Peine	60,5 kg	28.04.18	Sarstedt
Kreuzheben	Bender, Lilith	MTV Vater Jahn Peine	120,0 kg	28.04.18	Sarstedt
Total	Bender, Lilith	MTV Vater Jahn Peine	260,5 kg	28.04.18	Sarstedt

Nds. Landesrekorde (raw) im Kraftdreikampf der weiblichen Junioren

-43,0					
Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					

-47,0					
Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					

-52,0					
Kniebeuge	Schäfer, Michelle	SC Elite	87,5 kg	17.06.23	Braunschweig
Bankdrücken	Schäfer, Michelle	SC Elite	40,0 kg	17.06.23	Braunschweig
Kreuzheben	Schäfer, Michelle	SC Elite	97,5 kg	17.06.23	Braunschweig
Total	Schäfer, Michelle	SC Elite	225,0 kg	17.06.23	Braunschweig

-57,0					
Kniebeuge	Zemechmann, Karina	VfK Hannover	107,5 kg	17.06.23	Braunschweig
Bankdrücken	Zemechmann, Karina	VfK Hannover	47,5 kg	17.06.23	Braunschweig
Kreuzheben	Zemechmann, Karina	VfK Hannover	137,5 kg	17.06.23	Braunschweig
Total	Zemechmann, Karina	VfK Hannover	292,5 kg	17.06.23	Braunschweig

-63,0					
Kniebeuge	Ludwig, Eveline	SV Quitt Ankum	115,0 kg	01.06.19	Ankum
Bankdrücken	Gersberg, Lea-Sophie	TV Papenburg	60,0 kg	29.04.18	Sarstedt
Kreuzheben	Humphries, Helena	TSV Heiligenrode	127,5 kg		
Total	Humphries, Helena	TSV Heiligenrode	297,5 kg		

-69,0					
Kniebeuge	Grunemann, Luzie	VfK Hannover	145,0 kg	24.07.21	Ankum
Bankdrücken	Bohl, Sophie	SV Quitt Ankum	67,5 kg	17.06.23	Braunschweig
Kreuzheben	Grunemann, Luzie	VfK Hannover	155,0 kg	24.07.21	Ankum
Total	Grunemann, Luzie	VfK Hannover	365,0 kg	24.07.21	Ankum

-76,0					
Kniebeuge	Köhler, Anna	Tuspo Weende	140,0 kg	17.06.23	Braunschweig
Bankdrücken	Muschkeit, Anna Katharina	VfK Hannover	75,5 kg	17.06.23	Braunschweig
Kreuzheben	Huning, Julia	SV Quitt Ankum	165,0 kg	01.06.19	Ankum
Total	Erdmann, Alissa	FSV Sarstedt	367,5 kg	17.06.23	Braunschweig

-84,0					
Kniebeuge	Dietz, Charlotte	Tuspo Weende	163,0 kg	17.06.23	Braunschweig
Bankdrücken	Dietz, Charlotte	Tuspo Weende	83,0 kg	17.06.23	Braunschweig
Kreuzheben	Wirtz, Melanie	VfK Hannover	180,0 kg	01.06.19	Ankum
Total	Dietz, Charlotte	Tuspo Weende	418,5 kg	17.06.23	Braunschweig

+84,0					
Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					

Nds. Landesrekorde (raw) im Kraftdreikampf der weiblichen Aktiven

-47,0

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					

-52,0

Kniebeuge	Schmeelke, Mareen	VfK Hannover	134,0 kg	29.04.18	Sarstedt
Bankdrücken	Schmeelke, Mareen	VfK Hannover	73,0 kg	29.04.18	Sarstedt
Kreuzheben	Schmeelke, Mareen	VfK Hannover	143,0 kg	29.04.18	Sarstedt
Total	Schmeelke, Mareen	VfK Hannover	350,0 kg	29.04.18	Sarstedt

-57,0

Kniebeuge	Jatho, Aline	Tuspo Weende	117,5 kg	18.06.23	Braunschweig
Bankdrücken	Hein, Anastasia	KDK Flensburg	70,0 kg	01.06.19	Ankum
Kreuzheben	Hein, Anastasia	KDK Flensburg	135,0 kg	01.06.19	Ankum
Total	Hein, Anastasia	KDK Flensburg	320,0 kg	01.06.19	Ankum

-63,0

Kniebeuge	Wasserfurth, Paulina	VfK Hannover	120,0 kg	18.06.23	Braunschweig
Bankdrücken	Stephan, Sarah	Turn Club Hameln	73,0 kg	18.06.23	Braunschweig
Kreuzheben	Wasserfurt, Paulina	VfK Hannover	142,5 kg	18.06.23	Braunschweig
Total	Wasserfurt, Paulina	VfK Hannover	320,0 kg	18.06.23	Braunschweig

-69,0

Kniebeuge	Wirtz, Melanie	VfK Hannover	151,5 kg	18.06.23	Braunschweig
Bankdrücken	Wirtz, Melanie	VfK Hannover	81,5 kg	18.06.23	Braunschweig
Kreuzheben	Wirtz, Melanie	VfK Hannover	200,5 kg	18.06.23	Braunschweig
Total	Wirtz, Melanie	VfK Hannover	433,5 kg	18.06.23	Braunschweig

-76,0

Kniebeuge	Lamare, Amandine	Schwerathletik Lüneburg	162,5 kg	25.06.22	Ankum
Bankdrücken	Lamare, Amandine	Schwerathletik Lüneburg	100,0 kg	25.06.22	Ankum
Kreuzheben	Huning, Julia	SV Quitt Ankum	175,0 kg	24.07.21	Ankum
Total	Lamare, Amandine	Schwerathletik Lüneburg	427,5 kg	25.06.22	Ankum

-84,0

Kniebeuge	Meisner, Beatrix	VfK Hannover	146,0 kg	18.06.23	Braunschweig
Bankdrücken	Meuser, Vanessa	Todtglüsing SV	90,0 kg	24.07.21	Ankum
Kreuzheben	Meisner, Beatrix	VfK Hannover	185,5 kg	18.06.23	Braunschweig
Total	Meisner, Beatrix	VfK Hannover	416,5 kg	18.06.23	Braunschweig

+84,0

Kniebeuge	Husemann-Hamel, Leslie	TV Papenburg	150,0 kg	25.06.22	Ankum
Bankdrücken	Husemann-Hamel, Leslie	TV Papenburg	82,5 kg	25.06.22	Ankum
Kreuzheben	Husemann-Hamel, Leslie	TV Papenburg	192,5 kg	25.06.22	Ankum
Total	Husemann-Hamel, Leslie	TV Papenburg	425,0 kg	25.06.22	Ankum

Nds. Landesrekorde (raw) im Kraftdreikampf der weiblichen Senioren AK I

-47,0

Kniebeuge				
Bankdrücken				
Kreuzheben				
Total				

-52,0

Kniebeuge	Resch, Catrin	Herrnburger AV 77	102,5 kg	
Bankdrücken	Resch, Catrin	Herrnburger AV 77	70,0 kg	
Kreuzheben	Resch, Catrin	Herrnburger AV 77	115,0 kg	
Total	Resch, Catrin	Herrnburger AV 77	287,5 kg	

-57,0

Kniebeuge				
Bankdrücken				
Kreuzheben				
Total				

-63,0

Kniebeuge	Treimer, Jasmin	Todtglüsinger SV	95,0 kg	
Bankdrücken	Treimer, Jasmin	Todtglüsinger SV	57,5 kg	
Kreuzheben	Treimer, Jasmin	Todtglüsinger SV	140,0 kg	
Total	Treimer, Jasmin	Todtglüsinger SV	292,5 kg	

-69,0

Kniebeuge				
Bankdrücken				
Kreuzheben				
Total				

-76,0

Kniebeuge				
Bankdrücken				
Kreuzheben				
Total				

-84,0

Kniebeuge				
Bankdrücken				
Kreuzheben				
Total				

+84,0

Kniebeuge	Groß, Heike	SC Lüchow	80,0 kg	29.04.18	Sarstedt
Bankdrücken	Breloer, Ilona	FSV Sarstedt	62,5 kg	25.06.22	Ankum
Kreuzheben	Breloer, Ilona	FSV Sarstedt	120,0 kg	25.06.22	Ankum
Total	Breloer, Ilona	FSV Sarstedt	262,5 kg	25.06.22	Ankum

Nds. Landesrekorde (raw) im Kraftdreikampf der weiblichen Senioren AK II

-47,0

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					

-52,0

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					

-57,0

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					

-63,0

Kniebeuge	Woltjen, Heidrun	TV Papenburg	110,0 kg	17.06.23	Braunschweig
Bankdrücken	Woltjen, Heidrun	TV Papenburg	52,5 kg	17.06.23	Braunschweig
Kreuzheben	Woltjen, Heidrun	FSV Sarstedt	140,0 kg	29.04.18	Sarstedt
Total	Woltjen, Heidrun	TV Papenburg	292,5 kg	17.06.23	Braunschweig

-69,0

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					

-76,0

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					

-84,0

Kniebeuge	Knoop, Christina	SV Quitt Ankum	115,0 kg	17.06.23	Braunschweig
Bankdrücken	Knoop, Christina	SV Quitt Ankum	60,0 kg	17.06.23	Braunschweig
Kreuzheben	Knoop, Christina	SV Quitt Ankum	140,0 kg	17.06.23	Braunschweig
Total	Knoop, Christina	SV Quitt Ankum	315,0 kg	17.06.23	Braunschweig

+84,0

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Total					

Nds. Landesrekorde (raw) im Kraftdreikampf der weiblichen Senioren AK III

-47,0

Kniebeuge				
Bankdrücken				
Kreuzheben				
Total				

-52,0

Kniebeuge				
Bankdrücken				
Kreuzheben				
Total				

-57,0

Kniebeuge				
Bankdrücken				
Kreuzheben				
Total				

-63,0

Kniebeuge				
Bankdrücken				
Kreuzheben				
Total				

-69,0

Kniebeuge				
Bankdrücken				
Kreuzheben				
Total				

-76,0

Kniebeuge				
Bankdrücken				
Kreuzheben				
Total				

-84,0

Kniebeuge				
Bankdrücken				
Kreuzheben				
Total				

+84,0

Kniebeuge				
Bankdrücken				
Kreuzheben				
Total				

Nds. Landesrekorde (raw) im Kraftdreikampf der weiblichen Senioren AK IV

-47,0

Kniebeuge				
Bankdrücken				
Kreuzheben				
Total				

-52,0

Kniebeuge				
Bankdrücken				
Kreuzheben				
Total				

-57,0

Kniebeuge				
Bankdrücken				
Kreuzheben				
Total				

-63,0

Kniebeuge				
Bankdrücken				
Kreuzheben				
Total				

-69,0

Kniebeuge				
Bankdrücken				
Kreuzheben				
Total				

-76,0

Kniebeuge				
Bankdrücken				
Kreuzheben				
Total				

-84,0

Kniebeuge				
Bankdrücken				
Kreuzheben				
Total				

+84,0

Kniebeuge				
Bankdrücken				
Kreuzheben				
Total				