

**Niedersächsische Meisterschafts-Rekorde**  
**Kraftdreikampf (RAW)**  
**- Frauen -**

Stand: 14.01.2020

Erklärungen:

Ist ein Rekord, der im KDK aufgestellt wurde höher, als der im Einzelbankdrücken oder Einzelkreuzheben, so wird er in den Einzeldisziplinen übernommen.

## Nds. Landesrekorde (RAW) im Kraftdreikampf der weiblichen Jugend

### 43,0 kg

<b>Kniebeuge</b>					
<b>Bankdrücken</b>					
<b>Kreuzheben</b>					
<b>Dreikampf</b>					

### 47,0 kg

<b>Kniebeuge</b>	Große, Pia	PL Lauchhammer	<b>37,5 kg</b>		
<b>Bankdrücken</b>	Große, Pia	PL Lauchhammer	<b>27,5 kg</b>		
<b>Kreuzheben</b>	Große, Pia	PL Lauchhammer	<b>57,5 kg</b>		
<b>Dreikampf</b>	Große, Pia	PL Lauchhammer	<b>127,5 kg</b>		

### 52,0 kg

<b>Kniebeuge</b>	Kluczniok, Angelina	VfK Hannover	<b>95,0 kg</b>	01.06.19	Ankum
<b>Bankdrücken</b>	Kluczniok, Angelina	VfK Hannover	<b>60,0 kg</b>	01.06.19	Ankum
<b>Kreuzheben</b>	Kluczniok, Angelina	VfK Hannover	<b>95,0 kg</b>	01.06.19	Ankum
<b>Dreikampf</b>	Kluczniok, Angelina	VfK Hannover	<b>250,0 kg</b>	01.06.19	Ankum

### 57,0 kg

<b>Kniebeuge</b>	Bergmann, Nicole	PL Lauchhammer	<b>57,5 kg</b>		
<b>Bankdrücken</b>	Bergmann, Nicole	PL Lauchhammer	<b>32,5 kg</b>		
<b>Kreuzheben</b>	Bergmann, Nicole	PL Lauchhammer	<b>80,0 kg</b>		
<b>Dreikampf</b>	Bergmann, Nicole	PL Lauchhammer	<b>170,0 kg</b>		

### 63,0 kg

<b>Kniebeuge</b>	Hinze, Danielle	SV Quitt Ankum	<b>110,0 kg</b>	01.06.19	Ankum
<b>Bankdrücken</b>	Hinze, Danielle	SV Quitt Ankum	<b>55,0 kg</b>	01.06.19	Ankum
<b>Kreuzheben</b>	Hinze, Danielle	SV Quitt Ankum	<b>140,0 kg</b>	01.06.19	Ankum
<b>Dreikampf</b>	Hinze, Danielle	SV Quitt Ankum	<b>312,5 kg</b>	01.06.19	Ankum

### 72,0 kg

<b>Kniebeuge</b>	Lieberknecht, Lisa	VfV Cremlingen	<b>70,0 kg</b>		
<b>Bankdrücken</b>	Lieberknecht, Lisa	VfV Cremlingen	<b>50,0 kg</b>		
<b>Kreuzheben</b>	Lieberknecht, Lisa	VfV Cremlingen	<b>90,0 kg</b>		
<b>Dreikampf</b>	Lieberknecht, Lisa	VfV Cremlingen	<b>210,0 kg</b>		

### 84,0 kg

<b>Kniebeuge</b>					
<b>Bankdrücken</b>					
<b>Kreuzheben</b>					
<b>Dreikampf</b>					

### 84,0 + kg

<b>Kniebeuge</b>	Bender, Lilith	MTV VJ Peine	<b>80,0 kg</b>	28.04.18	Sarstedt
<b>Bankdrücken</b>	Bender, Lilith	MTV VJ Peine	<b>60,5 kg</b>	28.04.18	Sarstedt
<b>Kreuzheben</b>	Bender, Lilith	MTV VJ Peine	<b>120,0 kg</b>	28.04.18	Sarstedt
<b>Dreikampf</b>	Bender, Lilith	MTV VJ Peine	<b>260,5 kg</b>	28.04.18	Sarstedt

## Nds. Landesrekorde (RAW) im Kraftdreikampf der weiblichen Junioren

### 43,0 kg

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Dreikampf					

### 47,0 kg

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Dreikampf					

### 52,0 kg

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Dreikampf					

### 57,0 kg

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Dreikampf					

### 63,0 kg

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

### 72,0 kg

Kniebeuge	Huning, Julia	SV Quitt Ankum	<b>122,5 kg</b>	01.06.19	Ankum
Bankdrücken	Huning, Julia	SV Quitt Ankum	<b>75,0 kg</b>	01.06.19	Ankum
Kreuzheben	Huning, Julia	SV Quitt Ankum	<b>165,0 kg</b>	01.06.19	Ankum
Dreikampf	Huning, Julia	SV Quitt Ankum	<b>362,5 kg</b>	01.06.19	Ankum

### 84,0 kg

Kniebeuge	Wirtz, Melanie	VfK Hannover	<b>140,0 kg</b>	01.06.19	Ankum
Bankdrücken	Wirtz, Melanie	VfK Hannover	<b>80,0 kg</b>	29.04.18	Sarstedt
Kreuzheben	Wirtz, Melanie	VfK Hannover	<b>180,0 kg</b>	01.06.19	Ankum
Dreikampf	Wirtz, Melanie	VfK Hannover	<b>372,5 kg</b>	29.04.18	Sarstedt

### 84,0 + kg

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Dreikampf					

## **Nds. Landesrekorde (RAW) im Kraftdreikampf der weiblichen Aktiven**

### **47,0 kg**

<b>Kniebeuge</b>					
<b>Bankdrücken</b>					
<b>Kreuzheben</b>					
<b>Dreikampf</b>					

### **52,0 kg**

<b>Kniebeuge</b>	Schmeelke, Mareen	VfK Hannover	<b>134,0 kg</b>	29.04.18	Sarstedt
<b>Bankdrücken</b>	Schmeelke, Mareen	VfK Hannover	<b>73,0 kg</b>	29.04.18	Sarstedt
<b>Kreuzheben</b>	Schmeelke, Mareen	VfK Hannover	<b>143,0 kg</b>	29.04.18	Sarstedt
<b>Dreikampf</b>	Schmeelke, Mareen	VfK Hannover	<b>350,0 kg</b>	29.04.18	Sarstedt

### **57,0 kg**

<b>Kniebeuge</b>	Hein, Anastasia	KDK Flensburg	<b>115,0 kg</b>	01.06.19	Ankum
<b>Bankdrücken</b>	Hein, Anastasia	KDK Flensburg	<b>70,0 kg</b>	01.06.19	Ankum
<b>Kreuzheben</b>	Hein, Anastasia	KDK Flensburg	<b>135,0 kg</b>	01.06.19	Ankum
<b>Dreikampf</b>	Hein, Anastasia	KDK Flensburg	<b>320,0 kg</b>	01.06.19	Ankum

### **63,0 kg**

<b>Kniebeuge</b>	Poets, Julia	KDK Flensburg	<b>92,5 kg</b>	01.06.19	Ankum
<b>Bankdrücken</b>	Hoppe, Vivien Ann	FSV Sarstedt	<b>55,0 kg</b>	29.04.18	Sarstedt
<b>Kreuzheben</b>	Hoppe, Vivien Ann	FSV Sarstedt	<b>120,0 kg</b>		
<b>Dreikampf</b>	Hoppe, Vivien Ann	FSV Sarstedt	<b>257,5 kg</b>	29.04.18	Sarstedt

### **72,0 kg**

<b>Kniebeuge</b>	Cechova, Tereza	VfK Hannover	<b>115,0 kg</b>	29.04.18	Sarstedt
<b>Bankdrücken</b>	Butterbrod, Janine	FSV Sarstedt	<b>70,0 kg</b>		
<b>Kreuzheben</b>	Butterbrod, Janine	FSV Sarstedt	<b>140,0 kg</b>		
<b>Dreikampf</b>	Butterbrod, Janine	FSV Sarstedt	<b>320,0 kg</b>		

### **84,0 kg**

<b>Kniebeuge</b>	Meuser, Vanessa	Todtglüsinger SV	<b>105,0 kg</b>	01.06.19	Ankum
<b>Bankdrücken</b>	Meuser, Vanessa	Todtglüsinger SV	<b>87,5 kg</b>	01.06.19	Ankum
<b>Kreuzheben</b>	Meuser, Vanessa	Todtglüsinger SV	<b>145,0 kg</b>	01.06.19	Ankum
<b>Dreikampf</b>	Meuser, Vanessa	Todtglüsinger SV	<b>337,5 kg</b>	01.06.19	Ankum

### **84,0 + kg**

<b>Kniebeuge</b>					
<b>Bankdrücken</b>					
<b>Kreuzheben</b>					
<b>Dreikampf</b>					

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

**47,0 kg**

<b>Kniebeuge</b>					
<b>Bankdrücken</b>					
<b>Kreuzheben</b>					
<b>Dreikampf</b>					

**52,0 kg**

<b>Kniebeuge</b>	Resch, Catrin	Herrnburger AV 77	<b>102,5 kg</b>		
<b>Bankdrücken</b>	Resch, Catrin	Herrnburger AV 77	<b>70,0 kg</b>		
<b>Kreuzheben</b>	Resch, Catrin	Herrnburger AV 77	<b>115,0 kg</b>		
<b>Dreikampf</b>	Resch, Catrin	Herrnburger AV 77	<b>287,5 kg</b>		

**57,0 kg**

<b>Kniebeuge</b>					
<b>Bankdrücken</b>					
<b>Kreuzheben</b>					
<b>Dreikampf</b>					

**63,0 kg**

<b>Kniebeuge</b>	Treimer, Jasmin	Todtglüsinger SV	<b>95,0 kg</b>		
<b>Bankdrücken</b>	Treimer, Jasmin	Todtglüsinger SV	<b>57,5 kg</b>		
<b>Kreuzheben</b>	Treimer, Jasmin	Todtglüsinger SV	<b>140,0 kg</b>		
<b>Dreikampf</b>	Treimer, Jasmin	Todtglüsinger SV	<b>292,5 kg</b>		

**72,0 kg**

<b>Kniebeuge</b>					
<b>Bankdrücken</b>					
<b>Kreuzheben</b>					
<b>Dreikampf</b>					

**84,0 kg**

<b>Kniebeuge</b>					
<b>Bankdrücken</b>					
<b>Kreuzheben</b>					
<b>Dreikampf</b>					

**84,0 + kg**

<b>Kniebeuge</b>	Groß, Heike	SC Lüchow	<b>80,0 kg</b>	29.04.18	Sarstedt
<b>Bankdrücken</b>	Groß, Heike	SC Lüchow	<b>45,0 kg</b>	29.04.18	Sarstedt
<b>Kreuzheben</b>	Groß, Heike	SC Lüchow	<b>110,0 kg</b>	29.04.18	Sarstedt
<b>Dreikampf</b>	Groß, Heike	SC Lüchow	<b>2350 kg</b>	29.04.18	Sarstedt

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

**47,0 kg**

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Dreikampf					

**52,0 kg**

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Dreikampf					

**57,0 kg**

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Dreikampf					

**63,0 kg**

Kniebeuge	Woltjen, Heidrun	FSV Sarstedt	<b>95,0 kg</b>	29.04.18	Sarstedt
Bankdrücken	Woltjen, Heidrun	FSV Sarstedt	<b>50,0 kg</b>	29.04.18	Sarstedt
Kreuzheben	Woltjen, Heidrun	FSV Sarstedt	<b>140,0 kg</b>	29.04.18	Sarstedt
Dreikampf	Woltjen, Heidrun	FSV Sarstedt	<b>285,0 kg</b>	29.04.18	Sarstedt

**72,0 kg**

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Dreikampf					

**84,0 kg**

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Dreikampf					

**84,0 + kg**

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Dreikampf					

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

**47,0 kg**

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Dreikampf					

**52,0 kg**

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Dreikampf					

**57,0 kg**

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Dreikampf					

**63,0 kg**

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Dreikampf					

**72,0 kg**

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Dreikampf					

**84,0 kg**

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Dreikampf					

**84,0 + kg**

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Dreikampf					

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

**47,0 kg**

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Dreikampf					

**52,0 kg**

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Dreikampf					

**57,0 kg**

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Dreikampf					

**63,0 kg**

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Dreikampf					

**72,0 kg**

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Dreikampf					

**84,0 kg**

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Dreikampf					

**84,0 + kg**

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Dreikampf					