

**Norddeutsche Meisterschafts-Rekorde**  
**Kraftdreikampf (EQ)**  
**- Frauen -**

Stand: 14.01.2020

Erklärungen:

Norddeutsche Rekorde können nur auf norddeutschen Meisterschaften aufgestellt werden.

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

## Norddeutsche Rekorde (EQ) im Kraftdreikampf der weiblichen Jugend

**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					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Dreikampf					

**72,0 kg**

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Dreikampf					

**84,0 kg**

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Dreikampf					

**84,0 + kg**

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Dreikampf					

## Norddeutsche Rekorde (EQ) 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	Schlosser, Helena	VT Union Groß Ilsede	<b>132,5 kg</b>	08.10.11	Cremlingen
Bankdrücken	Schlosser, Helena	VT Union Groß Ilsede	<b>82,5 kg</b>	08.10.11	Cremlingen
Kreuzheben	Schlosser, Helena	VT Union Groß Ilsede	<b>130,0 kg</b>	08.10.11	Cremlingen
Dreikampf	Schlosser, Helena	VT Union Groß Ilsede	<b>345,0 kg</b>	08.10.11	Cremlingen

**63,0 kg**

Kniebeuge	Gersberg, Lea-Sophie	TV Papenburg	<b>147,5 kg</b>	19.11.19	Vechta
Bankdrücken	Gersberg, Lea-Sophie	TV Papenburg	<b>97,5 kg</b>	19.11.19	Vechta
Kreuzheben	Gersberg, Lea-Sophie	TV Papenburg	<b>156,0 kg</b>	19.11.19	Vechta
Dreikampf	Gersberg, Lea-Sophie	TV Papenburg	<b>401,0 kg</b>	19.11.19	Vechta

**72,0 kg**

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Dreikampf					

**84,0 kg**

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Dreikampf					

**84,0 + kg**

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Dreikampf					

## Norddeutsche Rekorde (EQ) im Kraftdreikampf der weiblichen Aktiven

**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	Gramann, Laura	VT Union Groß Ilsede	<b>125,0 kg</b>	08.10.11	Cremlingen
Bankdrücken	Gramann, Laura	VT Union Groß Ilsede	<b>75,0 kg</b>	08.10.11	Cremlingen
Kreuzheben	Gramann, Laura	VT Union Groß Ilsede	<b>140,0 kg</b>	08.10.11	Cremlingen
Dreikampf	Gramann, Laura	VT Union Groß Ilsede	<b>340,0 kg</b>	08.10.11	Cremlingen

**72,0 kg**

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Dreikampf					

**84,0 kg**

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Dreikampf					

**84,0 + kg**

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Dreikampf					

## Norddeutsche Rekorde (EQ) im Kraftdreikampf der weiblichen Senioren AK I

### 47,0 kg

<b>Kniebeuge</b>	Resch, Catrin	Herrenburger AV 77	<b>120,0 kg</b>	08.10.11	Cremlingen
<b>Bankdrücken</b>	Resch, Catrin	Herrenburger AV 77	<b>75,0 kg</b>	08.10.11	Cremlingen
<b>Kreuzheben</b>	Resch, Catrin	Herrenburger AV 77	<b>115,0 kg</b>	08.10.11	Cremlingen
<b>Dreikampf</b>	Resch, Catrin	Herrenburger AV 77	<b>310,0 kg</b>	08.10.11	Cremlingen

### 52,0 kg

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

### 57,0 kg

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

### 63,0 kg

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

**Norddeutsche Rekorde (EQ) 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					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Dreikampf					

**72,0 kg**

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Dreikampf					

**84,0 kg**

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Dreikampf					

**84,0 + kg**

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Dreikampf					

**Norddeutsche Rekorde (EQ) 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	Beninga, Anke	SC Elite Hannover	<b>80,0 kg</b>	30.09.17	Preetz
Bankdrücken	Beninga, Anke	SC Elite Hannover	<b>75,0 kg</b>	30.09.17	Preetz
Kreuzheben	Beninga, Anke	SC Elite Hannover	<b>120,0 kg</b>	30.09.17	Preetz
Dreikampf	Beninga, Anke	SC Elite Hannover	<b>275,0 kg</b>	30.09.17	Preetz

**84,0 + kg**

Kniebeuge					
Bankdrücken					
Kreuzheben					
Dreikampf					

**Norddeutsche Rekorde (EQ) 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					