

Rekorde Berlin und Brandenburg KDK Classic der Frauen Jugend A/B & Junioren

Landesrekorde im Kraftdreikampf der weiblichen Jugend B

-43,0 Kg

Kniebeugen	Standard	47,5
Bankdrücken	Standard	27,5
Kreuzheben	Standard	47,5
Dreikampf	Standard	125,0

-47,0 Kg

Kniebeugen	Standard	55,0
Bankdrücken	Standard	32,5
Kreuzheben	Standard	55,0
Dreikampf	Standard	145,0

-52,0 Kg

Kniebeugen	Standard	62,5
Bankdrücken	Standard	37,5
Kreuzheben	Standard	62,5
Dreikampf	Standard	165,0

-57,0 Kg

Kniebeugen	Standard	67,5
Bankdrücken	Standard	45,0
Kreuzheben	Standard	67,5
Dreikampf	Standard	180,0

-63,0 Kg

Kniebeugen	Standard	77,5
Bankdrücken	Standard	50,0
Kreuzheben	Standard	77,5
Dreikampf	Standard	205,0

-69,0 Kg

Kniebeugen	Standard	80,0
Bankdrücken	Standard	52,5
Kreuzheben	Standard	85,0
Dreikampf	Standard	220,0

-76,0 Kg

Kniebeugen	Standard	87,5
Bankdrücken	Standard	57,5
Kreuzheben	Standard	90,0
Dreikampf	Standard	240,0

-84,0 Kg

Kniebeugen	Standard	92,5
Bankdrücken	Standard	60,0
Kreuzheben	Standard	92,5
Dreikampf	Standard	245,0

+84,0 Kg

Kniebeugen	Standard	97,5
Bankdrücken	Standard	62,5
Kreuzheben	Standard	97,5
Dreikampf	Standard	255,0

Landesrekorde im Kraftdreikampf der weiblichen Jugend A

-43,0 Kg						
Kniebeugen	Standard	62,5
Bankdrücken	Standard	32,5
Kreuzheben	Standard	62,5
Dreikampf	Standard	155,0

-47,0 Kg						
Kniebeugen	Standard	70,0
Bankdrücken	Standard	35,0
Kreuzheben	Standard	70,0
Dreikampf	Standard	175,0

-52,0 Kg						
Kniebeugen	Standard	80,0
Bankdrücken	Standard	45,0
Kreuzheben	Standard	80,0
Dreikampf	Standard	210,0

-57,0 Kg						
Kniebeugen	Standard	92,5
Bankdrücken	Standard	50,0
Kreuzheben	Standard	92,5
Dreikampf	Standard	235,0

-63,0 Kg						
Kniebeugen	Standard	102,5
Bankdrücken	Standard	57,5
Kreuzheben	Standard	100,0
Dreikampf	Standard	270,0

-69,0 Kg						
Kniebeugen	Standard	110,0
Bankdrücken	Standard	62,5
Kreuzheben	Standard	107,5
Dreikampf	Standard	275,0

-76,0 Kg						
Kniebeugen	Standard	115,0
Bankdrücken	Standard	65,0
Kreuzheben	Standard	117,5
Dreikampf	Standard	300,0

-84,0 Kg						
Kniebeugen	Sophie Schmidtke	Sanssouci Gym Potsdam	132,5	17.11.23	DM KDK J/J Classic	
Bankdrücken	Standard	70,0
Kreuzheben	Sophie Schmidtke	Sanssouci Gym Potsdam	132,5	17.11.23	DM KDK J/J Classic	
Dreikampf	Sophie Schmidtke	Sanssouci Gym Potsdam	325,0	17.11.23	DM KDK J/J Classic	

+84,0 Kg						
Kniebeugen	Standard	127,5
Bankdrücken	Standard	77,5
Kreuzheben	Standard	127,5
Dreikampf	Standard	330,0

Landesrekorde im Kraftdreikampf der weiblichen Junioren

-43,0 Kg						
Kniebeugen	Standard	70,0
Bankdrücken	Standard	35,0
Kreuzheben	Standard	70,0
Dreikampf	Standard	175,0

-47,0 Kg						
Kniebeugen	Standard	80,0
Bankdrücken	Standard	45,0
Kreuzheben	Standard	80,0
Dreikampf	Standard	210,0

-52,0 Kg						
Kniebeugen	Standard	92,5
Bankdrücken	Standard	50,0
Kreuzheben	Standard	92,5
Dreikampf	Standard	235,0

-57,0 Kg						
Kniebeugen	Natascha Anna Gaass	KTV Sparta 1896	127,5	19.11.23	DM KDK J/J Classic	
Bankdrücken	Natascha Anna Gaass	KTV Sparta 1896	70,0	19.11.23	DM KDK J/J Classic	
Kreuzheben	Natascha Anna Gaass	KTV Sparta 1896	155,0	19.11.23	DM KDK J/J Classic	
Dreikampf	Natascha Anna Gaass	KTV Sparta 1896	352,5	19.11.23	DM KDK J/J Classic	

-63,0 Kg						
Kniebeugen	Natascha Anna Gaass	KTV Sparta 1896	137,5	02.03.24	LM KDK Classic	
Bankdrücken	Natascha Anna Gaass	KTV Sparta 1896	75,0	02.03.24	LM KDK Classic	
Kreuzheben	Tabea Schulz	Berlin Strength e.V.	160,0	02.03.24	LM KDK Classic	
Dreikampf	Natascha Anna Gaass	KTV Sparta 1896	357,5	02.03.24	LM KDK Classic	

-69,0 Kg						
Kniebeugen	Emma Wilke	Berlin Strength e.V.	147,5	02.03.24	LM KDK Classic	
Bankdrücken	Marlene Oehlert	Berlin Strength e.V.	80,0	19.11.23	DM KDK J/J Classic	
Kreuzheben	Marlene Oehlert	Berlin Strength e.V.	175,0	19.11.23	DM KDK J/J Classic	
Dreikampf	Marlene Oehlert	Berlin Strength e.V.	400,0	19.11.23	DM KDK J/J Classic	

-76,0 Kg						
Kniebeugen	Marlene Oehlert	Berlin Strength e.V.	147,5	02.03.24	LM KDK Classic	
Bankdrücken	Marlene Oehlert	Berlin Strength e.V.	90,0	02.03.24	LM KDK Classic	
Kreuzheben	Marlene Oehlert	Berlin Strength e.V.	187,5	02.03.24	LM KDK Classic	
Dreikampf	Marlene Oehlert	Berlin Strength e.V.	425,0	02.03.24	LM KDK Classic	

-84,0 Kg						
Kniebeugen	Standard	135,0
Bankdrücken	Standard	77,5
Kreuzheben	Standard	135,0
Dreikampf	Standard	350,0

+84,0 Kg					
Kniebeugen	Standard	140,0
Bankdrücken	Standard	85,0
Kreuzheben	Standard	140,0
Dreikampf	Standard	370,0

Stand

5. März 2024